四庫提要著録叢書

《四庫提要著録叢書》編纂委員會編纂
國家古籍整理出版重點項目

北京出版社

四庫提要著録叢書

《四庫提要著録叢書》編纂委員會編纂

國家古籍整理出版重點項目

北京出版社

子部第一二一五冊目次

雲笈七籤一百二十二卷（一）　（宋）張君房撰　明正統刻續萬曆刻道藏本　〇〇一

雲笈七籤一百二十二卷（一）

（宋）張君房撰

明正統刻續萬曆刻道藏本

雲笈七籤一百二十二卷（浙江孫仰曾家藏本）

宋張君房撰。君房、岳州安陸人。景德中進士及第。官尚書度支員外郎、充集賢校理。祥符中自御史臺謫官寧海。適眞宗崇尚道教、盡以祕閣道書付杭州、俾戚綸陳堯臣校正。綸等同王欽若薦君房主其事。君房乃編次得四千五百六十五卷、進之。復撮其精要、總萬餘條、以成是書。其稱雲笈七籤者、蓋道家之言以天寶君說洞眞爲上乘、靈寶君說洞元爲中乘、神寶君說洞神爲下乘、又太元太平太清三部爲輔經、又正一法文遍陳三乘、別爲一部、統稱三洞眞文、總爲七部、故君房取以爲名也。其詮敘之例、自一卷至二十八卷總論經教宗旨及仙眞位籍之事。二十九卷至八十六卷則以道家服食鍊氣、內丹外丹、方藥符圖、守庚申、尸解諸術、分類纂載。八十七至一百二十二卷則前人文字及詩歌傳記之屬、凡有涉於道家者、悉編入焉。大都摘錄原文、不加論說。其引用集仙錄、靈驗記等、亦多有所刪削。然類例既明、指歸略備、綱條科格、無不兼該。道藏菁華、亦大略具於是矣。文獻通考作一百二十卷。此本爲明中書舍人張萱所刊。中多二卷、蓋通考脫誤也。

雲笈七籤序

祀汾陰之歲臣隸職霜臺作句稽之吏越明
年秋以鞫獄無狀謫掾于寧海冬十月會
聖祖天尊降延恩殿而
眞宗皇帝親奉靈儀躬承寶訓啓綿鴻於
帝系隆清發於
仙源誕告萬邦凝休百世於是
天子銳意於至教矣在先時盡以秘閣道書
太清寶蘊出降於餘杭郡俾知郡故樞密直
學士戚綸漕運使今翰林學士陳堯佐選道
○士沖素大師朱益謙馮德之等專其修較俾○
成藏而進之然其綱條濫漫部分參差與瓊
綱王緯之目舛謬不同歲月坐遷科條未究
適綸等上言以臣承之委屬其績時故相司
徒王欽若總統其事亦誤以臣為可使之又

明年冬就除臣著作佐郎俾專其事臣于時
盡得所降到道書并續取到蘇州舊道藏經
本千餘卷越州台州舊道藏經本亦各千餘
卷及朝廷續降到福建等州道書明使摩尼
經等與諸道士依三洞綱條四部錄略品詳
科格商較異同以詮次之僅能成藏都盧四
千五百六十五卷起千字文天字為函目終
於宮字號得四百六十六字且題曰
大宋天宮寶藏距天禧三年春寫錄成七藏
以進之臣涉道日淺丁時幸深詎期塵土之
蹤坐忝神仙之職蛙跳鉄莽積迷虷蟹之區
蚋泊浮滓但局醯雞之覆雖年棲暮景而實
重分陰於是精究三乘詳觀四輔採摭機要
屬類於文採最燈虹映之微綜玉珮金璫之
說泥丸赤子九宮受系於一方神室嬰兒百
○道皆根於兩半至如三奔三景之妙九變十○
化之精各探其門互稱要妙刻舟求劒體貌
何殊待兔守株旨意寧遠因茲探討遂就編
聯掇雲笈七部之英略寶蘊諸子之奧總為
百二十卷事僅萬條習之可以階雲漢之遊

覽之可以極天人之際考覈類例盡著指歸
上以酬
眞宗皇帝委遇之恩次以備
皇帝陛下乙夜之覽下以稗文館校讎之職
外此而往少暢

玄風耳臣君房謹序

雲笈七籤卷之一

[illegible]

道德部

總叙道德

老君指歸曰太上之象莫高乎道德其次莫大乎神明其次莫大乎太和其次莫崇乎天地其次莫著乎陰陽其次莫明乎大聖夫道德所以可道而不可原也神明所以可存而不可伸也太和所以可體而不可化也天地所以可行而不可宣也陰陽所以可用而不可傳也大聖所以可觀而不可言也故度之所度者知而數之所數者少知之所知者淺而為之所為者薄至衆之衆不可數而至大之大不可度微妙窮理非知之所能測大成之至非為之所能得天地之間禍亂患咎非事之所能克也故不道之道不德之德政之元也不名之名亡功而功化之根也是故王者有為而天下有欲去醇而離厚清化而為濁開人耳目示以聲色養以五味說以功德教以仁義導以禮節民如寢覺出於冥室登

丘陵而盻八方覽參辰而見日月故化可言
而德可列功可陳而名可别是以知放流而
邪僞作道德塞蔽神明隔絶百殘萌生太和
消竭天下倀倀迷惑馳騁是非之境失其自
然之節情變至化緤於萬物悴憔黧黑憂患
滿腹不安其生不樂其俗喪其天年皆傷暴
虐是以君臣相顧而營營父子相舍而戀戀
兄弟相憂而慺慺民人恐懼而惵身惵身相
結死不旋踵爲患禍也父子戀戀兄弟慺慺
昏定晨省出辭入面爲夭傷也臣見其君五
○色無主疾趨力拜翕肩促肘稽首膝行以嚴○
其上者爲不相親也故可道之道道德彰而
非自然也可名之名功名顯而非素眞也
老君措歸略例曰夫物之所以生功之所以
成必生乎無形形由乎無名無形無名者萬
物之宗也不溫不涼不宫不商聽之不可得
而聞視之不可得而彰體之不可得而知味
之不可得而嘗故其爲物也則混成爲象也
則無形爲音也則希聲爲味也則無呈故能
爲品物之宗主包通天地靡使不經也若溫

也則不能涼矣宫也則不能商矣形必有所
分聲必有所屬故象而形者非大象也音而
聲者非大音也然則四象不形則大象無以
暢五音不聲則大音無以至四象形而物無
所主焉則大象暢矣五音聲而心無所適焉
則大音至矣故執大象則天下往用大音則
風俗移無形暢天下雖往往而不能釋也希
聲至風俗雖移移而不能辯也是故天生五
物無物爲用聖行五教不言爲化是以道可
道非常道名可名非常名也五物之母不炎○
○不寒不柔不剛五教之母不皦不昧不恩不
傷雖古今不同時移俗易此不變也所謂自
古及今其名不去者也天不以此則物不生
治不以此則功不成故古今通終始同執古
可以御今證今可以知古始此所謂常者也
無皦昧之狀溫涼之象故知常曰明也物生
功成莫不由乎此故以閱衆甫也夫奔電之
疾猶不足以一時周御風之行猶不足以一
息期善速在不疾善至在不行故可道之盛
未足以官天地有形之極未足以府萬物是

故歎之者不能盡乎斯美詠之者不能暢乎
斯弘名之不能當稱之不能既名必有所分
稱必有所由有分則有不兼有由則有不盡
不兼則大殊其真不盡則不可以名此可演
而明也夫道也者取乎萬物之所由也玄也
者取乎幽冥之所出也深也者取乎探賾而
不可究也大也者取乎彌綸而不可極也遠
也者取乎綿邈而不可及也微也者取乎幽
微而不可覩也然則道玄深大微遠之言各
有其義未盡其極者也然彌綸無極不可名○
○細微妙無形不可名大是以經云字之曰道
謂之曰玄而不名也然則言之者失其常名
之者離其真為之則窒其性執之則失其原
矣是以聖人不以言為主則不違其常不以
名為常則不離其真不以為為事則不敗其
性不以執為制則不失其原矣然則老君之
文欲辯而詰者則失其旨也欲名而責者則
違其義也故其大歸也論太始之原以明自
然之性演幽冥之極以定惑罔之迷因而不
為損而不施崇本以息末守母以存子賤夫

巧術為在未有無責於人必求諸己此其大
要也而法者尚乎齊同而形以檢之名者尚
乎定真而言以正之儒者尚乎全愛而譽以
進之墨者尚乎儉嗇而矯以立之雜者尚乎
眾美而總以行之夫形以檢物巧偽必生名
以定物理恕必失譽以進物爭尚必起矯以
立物乖違必作雜以行物穢亂必興斯皆用
其子而棄其母物失所載未足守也然致同
塗而異至合旨而趣乖而學者惑其所致迷
其所趣觀其齊同則謂之法觀其定真則謂
之名察其純愛則謂之儒鑒其儉嗇則謂之○
○墨見其不係則謂之雜隨其所鑒而正名焉
順其所好而執意焉故使有紛紜憒錯之論
殊趣辯析之爭蓋由斯矣又其為文也舉終
以證始本始以盡終開而弗達導而弗牽尋
而後既其義推而後盡其理善法事始以首
其論明夫會歸以終其文故使同趣而感發
於事者莫不美其興言之始因而演焉異旨
而獨構者莫不說其會歸之徵以為證焉夫
塗雖殊必同其歸慮雖百必均其致而舉夫

歸致以明至理故使觸類而思者莫不欣其思之所應以爲得其義焉凡物之所以存乃反其形功之所以尅乃反其名夫存者不以存爲存以其不忘亡也安者不以安爲安以其不忘危也故保其存者亡不忘亡者存安其位者危不忘危者安善力舉秋毫善聽聞雷霆此道之與形反也安者實安而曰非安之所安存者實存而曰非存之所存侯王實尊而曰非尊之所尊皆理之大者也名號生乎形狀稱謂出乎涉求名號不虛生稱謂不虛出故名號則大失其旨稱謂則未盡其極是以謂玄則玄之又玄稱道則域中有四大也

韓非子主道篇曰道者萬物之始物從道生故曰始是非之紀也是非因道彰故曰紀是以明君守始以知萬物之源治紀以知善敗之端故虛靜以待令令名自命也令事自定也虛則知實之情靜則知動者正有言者自爲名有事者自爲形形名參同君乃無事焉故曰君無見其欲臣將自雕琢臣因欲雕琢以稱之君無見其意臣將自表異君見其志臣用其意以稱之故曰去好去惡臣乃見素去賢去智臣乃自備故有智而不以慮使萬物知其處有行而不以賢觀臣下之所因有勇而不以怒使群臣盡其武是故去智而有明去賢而有功去勇而有強群臣守職百官有常因能而使之是謂習常故曰寂乎其無位而處寥乎莫得其所名明君無爲於上群臣悚懼於下明君之道使智者盡其慮而君因以斷事故君不窮於智賢者效其材君因而任之故君不窮於能有功則君有其賢有過則臣任其罪故君不窮於名是故不賢而爲賢者師不智而爲智者正臣有其勞君有其成功此之謂賢主之經也

淮南鴻烈曰夫道者覆天載地廓四方柝八極高不可際深不可測包裹天地稟授無形原流泉浡沖而徐盈混混汨汨濁而徐清故植之而塞于天地橫之而彌于四海施之無窮而無所朝夕舒之幎於六合卷之不盈於一握約而能張幽而能明弱而能強柔而能

剛横四維而含陰陽紘宇宙而章三光甚淖
而滒甚纖而微山以之高淵以之深獸以之
走鳥以之飛日月以之明星辰以之行麟以
之遊鳳以之翔太古二皇得道之柄立於中
央神與化遊以撫四方是故能天運地滯輪
轉而無廢水流而不止與萬物終始風興雲
蒸事無不應雷聲雨降並應無窮鬼出電入
龍興鸞集鈞旋轂轉周而復帀已雕已琢還
反於樸無為為之而合于道無為言之而通
乎德恬愉無矜而得于和有萬不同而便于○
○性神託于秋毫之末而大與宇宙之總其德
優天地而合陰陽節四時而調五行呴俞覆
育萬物群生潤于草木浸于金石禽獸碩大
毫毛潤澤羽翼奮也角觡生也獸胎不殰鳥
卵不殈父無喪子之憂兄無哭弟之哀童子
不孤婦人不孀虹蜺不出賊星不行含德之
所致夫太上之道生萬物而不有成化象而
弗宰跂行喙息蠉飛蝡動待而後生莫之知
德待之後死莫之能怨得以利者不能譽用
而敗者不能非收聚畜積而不加富布施稟

授而不益貧周旋而不可究纖微而不可勤
累之而不高墮之而不下益之而不衆損之
而不寡斲之而不薄殺之而不殘鑿之而不
深填之而不淺忽兮怳兮不可為象兮怳兮
惚兮用不屈兮幽兮冥兮應無形兮遂兮洞
兮不虛動兮與柔剛卷舒兮與陰陽俛仰兮
葛仙公五千文經序曰老君體自然而然生
乎太無之先起乎無因經歷天地終始不可
稱載窮乎無窮極乎無極也與大道而輪化
為天地而立根布氣於十方抱道德之至純○
○浩浩蕩蕩不可名也煥乎其有文章巍乎其
有成功淵乎其不可量堂堂乎為神明之宗
三光持以朗照天地稟之得生乾坤運以吐
精高而無民貴而無位覆載無窮是故八方
諸天普弘大道開闢已前後下為國師代代
不休人莫能知之匠成萬物而不言我為玄
之德也故衆聖所共宗道尊德貴夫莫之爵
而常自然惟老氏乎周時復託神李母剖左
腋而生生即皓然號曰老子老子之號因玄
而出在天地之先無衰老之期故曰老子世

人謂老子當始於周代老子之號始於無數
之劫窈窈冥冥眇邈久遠矣周室世衰大道
不行西遊天下關令尹喜曰大道將隱乎願
為我著書於是作道德二篇五千文上下經
焉老君戒文云老君生女洪聖堂爾時未有
天地日月乎無所攀足無所躡蹤身而處不
墮不落身著三光之衣照於虛芒如今日月
之光也
混元皇帝聖紀序曰原夫大道玄寂理極無
為上德沖虛義該衆妙是以精凝真一非假○
○物以稱生形結九空不待有而成體合神太
混毓粹幽原恍惚帝先希微至極故能真獻
金闕巖逸不言惠溪玉京慈光有物二儀持
以覆載萬品賴以滋榮神冠陰陽功成造化
先天地而獨立後塵劫而無昧
唐開元皇帝道德經序曰昔在元聖強著玄
言權輿真宗啓迪來裔遺文誠在精義頗乖
撮而指歸雖蜀嚴而猶病摘其章句自河公
而或略其餘浸微固不足數則我玄元妙旨
豈其將墜朕誠寡薄常感斯文猥承有後之

慶恐失無為之理每因清宴輒叩玄關隨所
意得遂為箋注豈成一家之說但備遺闕之
文今茲絶筆是詢於衆公卿臣庶道釋二門
有能起予類於卜商鍼疾同於左氏渴於納
善朕所虛懷苟副斯言必加厚賞且如諛臣
自聖幸非此流懸市相矜亦云小道既其不
諱咸可直言勿為來者所嗤以重朕之不德
唐吳筠玄綱論道篇曰道者何也虛無之系
造化之根神明之本天地之元其大無外其
微無內浩曠無端杳冥無際至幽靡察而大
○明垂光至靜無心而品物有方混漠無形寂
寥無聲萬象以之生五行以之成生者無極
成者有虧生生成成今古不移此之謂道也
德者何也天地所禀陰陽所資經以五行緯
以四時牧之以君訓之以師幽明動植咸暢
其宜澤流無窮群生不知謝其功惠加無極
百姓不知賴其力此之謂德也然則通而生
之謂之道道固無名焉畜而成之謂之德德
固無稱焉嘗試論之天地人物仙靈鬼神非
道無以生非德無以成生者不知其始成者

不見其終探賾索隱孰窺其宗入有之末出無之先莫究其朕謂之自然自然者道德之常天地之綱也又曰道德者天地之祖天地者萬物之父帝王者三才之主然則道德天地帝王一也而有今古澆淳之異堯桀理亂之殊者何哉夫道德無興衰人倫有否泰古今無變易情性有推遷故運將泰乎則至陽真精降而爲主賢良輔而姦邪伏矣時將否乎則太陰純精昇而爲主姦邪弼而賢良隱矣天地之道陰陽有數故理亂之殊也所以○古淳而今澆者亦猶人幼愚而長慧也嬰兒未孩則上古之含純粹也漸有所辯則中古之尚仁義也成童可學則下古之崇禮智也壯齒多欲則季世之競浮僞也變化之理世俗之宜故有澆淳之異也覈其所以原其所由乎以習滋而性移人以隨時而朴散雖然父不可不教於子君不可不理於人教子所於義方理人在於道德義方失則師友不可訓也道德喪則禮樂不能理也雖加以刑罰益以鞭楚難制於姦人賊子矣是以示童兒

以無詐則保於忠信化時俗以純素則安於天和故非執道德以化人者未聞其至理也唐陸希聲道德經傳序曰大道隱世教衰天下方大亂當是時天必生聖人聖人憂斯民之不底于治而扶衰救亂之術作周之末世其幾矣於是仲尼闡三代之文以扶其衰老氏據三皇之質以救其亂其揆一也蓋仲尼之術興於文文以治情老氏之術本於質質以復性性情之極聖人所不能異文質之變萬世所不能一也易曰顯諸仁以文爲教之○謂也文之爲教其事彰故坦然明白坦然明○白則雅言者詳矣易曰藏諸用以質爲教之謂也質之爲教其理微故深不可識深不可識則妄作者衆矣夫惟老氏之術道以爲體名以爲用無爲無不爲而格于皇極者也揚朱宗老氏之體失於不及以至於貴身賤物莊周術老氏之用失於太過故務欲絕聖棄智申韓失老氏之名而弊於苛繳刻急王何失老氏之道而流於虛無放誕此六子者皆老氏之罪人也而世因謂老氏之指其歸不

合於仲尼故皆其名則曰搥提仁義絕滅禮
學病其道則曰獨任清虛不可以為治於戲
世之迷其來遠矣是使老氏受誣於千載道
德不行於當世良有以也且老氏本原天地
之始歷陳古今之變先明道德次說仁義下
陳禮學之失刑政之煩言其關致而然耳其
秉要執本在乎情性之極故其道始於身心
形於家國終於天下如此其備也而惑者尚
多云云豈不謂厚誣哉昔伏羲氏畫八卦象
萬物窮性命之理順道德之和老氏亦先天○
○地本陰陽推性命之極原道德之奧此與伏
羲同其原也文王觀太易九六之動貴剛尚
變而要之以中老氏亦察太易七八之正致
柔守靜而統之以大此與文王通其宗也孔
子祖述堯舜憲章文武尊斯氏以仁義之教
老氏亦擬議伏羲彌綸黃帝冒天下以道德
之化此與孔子合其權也此三君子者聖人
之極也老氏皆變而通之反而合之研至變
之機探至精之歸斯可謂至神者矣而王弼
以為聖人與道合體老氏未能體道故阮籍

謂之上賢亞聖之人蓋同於輔嗣豈以老氏
經世之跡未足充其所言耶斯不然也於戲
聖人之在世也有有跡有無跡故道之不行
也或危身歷聘以天下為其憂或藏名飛遯
示世故不能累有跡無跡殊途同歸斯實道
義之門非徒相反而已然則仲尼之所以出
老氏之所以處老氏之所以默仲尼之所以
語蓋屈伸隱顯之極也二子安能識之哉司
馬遷統序衆家以道德為首可謂知本末矣
班固作古今人表乃詘老氏於第三品雖其○
○名可詘而道可貶乎哉於戲老氏之術見棄
於當代久矣斯數子者之由也且仲尼親見
老氏歎其道曰猶龍乎從之問禮誠無間然
著在記傳後世不能探其意是以異端之說
紛然蓋述之者不窮其源故非之者不盡其
致噫斯傳之不作則老氏之旨或幾乎息矣
今故極其致顯其微使昭昭然與群聖人意
相合有能體其道用其名執古以御今致理
如反掌耳自昔言老氏術者獨太史公近之
為治少得其道唯漢文耳其他皮傳詭說皆

不足取

雲笈七籤卷之一 學二

圭

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房集進

混元混洞開闢劫運部

混元

混元者記事於混沌之前元氣之始也元氣未形寂寥何有至精感激而眞一生焉元氣運行而天地立焉造化施張而萬物用焉混沌者厥中惟虛厥外惟無浩浩蕩蕩不可名也廣大之旨雖典冊未窮秘妙之基而玄經可見古今之言天者一十八家爰考否臧互有得失則蓋混天儀之述有其言而亡其法矣至如蒙莊逍遙之篇王仲任論衡之說山海經考其理含列禦寇書其清濁漢武王黃道張衡銅儀周髀之書宣夜之學昕天安天之旨晁崇姚信之流義趣不同師資各異所以虞喜虞聳劉焯葛洪宋有承天梁有祖暅唐朝李淳風皆有述作盧江句股之術釋氏俱舍之譚或託寓詞或中浮說若夫定兩規之分次明二道之運行經緯不差上下無爽者惟渾天法耳葛稚川言渾天之狀如鷄子

卯中之黃地乘天而中居天乘氣而外運三百六十五度四分度之一半出地上半繞地下二十八舍半隱半見此乃符上清之奧旨契玄象之明驗矣

空洞

道君曰元氣於眇莽之内幽冥之外生乎空洞空洞之内生乎太無太無變而三氣明焉三氣混沌生乎太虛而立洞因洞而立無因無而生有因有而立空空無之化虛生自然上氣曰始中氣曰元下氣曰玄玄氣所生出○乎空元氣所生出乎洞始氣所生出乎無故○一生二二生三三者化生以至九玄從九反一乃入道眞氣清成天滓凝成地中氣爲和以成於人三氣分判萬化禀生日月列照五宿煥明上三天生於三氣之清處於無上之上極乎無極也

混沌

太始經云昔二儀未分之時號曰洪源溟涬濛鴻如鷄子狀名曰混沌玄黃無光無象無音無聲無宗無祖幽幽冥冥其中有精其精甚眞獨綸無外湛湛空虛於幽原之中而生一氣爲化生之後九十九萬億九十九萬歲乃化生三氣各相去九十九萬億九十九萬歲共生無上也自無上生後九十九萬億九十九萬歲乃生中二氣也中三氣也中二氣中三氣各相去九十九萬億九十九萬歲三合成德共成玄老也自玄老生後九十九萬億九十九萬歲乃化生下三氣也下三氣各相去九十九萬億九十九萬歲三合成德共成太上也靈寶經曰一氣分爲玄元始三氣○而理三寶三寶皆三氣之尊神號生三氣三○統合生九氣九氣出乎太空之先隱乎空洞之中無光無象無形無名無色無緒無音無聲導運御世開闢玄通三色混沌乍存乍亡運推數極三氣開光氣清高澄積陽成天氣結凝滓積滯成地九氣列正日月星宿陰陽五行人民品物並受成生天地萬化自非三氣所育九氣所導莫能生也三氣爲天地之尊九氣爲萬物之根故三合成德天地之極也

混洞

太眞科云混洞之前道氣未顯於恍莽之中有無形象天尊謂無象可察也後經一劫乃有無名天尊謂有質可覩不可名也又經一劫乃生元始天尊謂有名有質爲萬物之初始也極道之宗元挺生乎自然壽無億之數不始不終永存綿綿消則爲氣息則爲人不無不有非色非空居上境爲萬天之元居中境爲萬化之根居下境爲萬帝之尊無名可宗强名曰道

劫運

上清三天正法經云天圓十二綱地方十二紀天綱運關三百六十輪爲一周地紀推機三百三十輪爲一度天運三千六百周爲陽勃地轉三千三百度爲陰蝕天氣極於太陰地氣窮於太陽故陽激則勃陰否則蝕陰陽勃蝕天地氣反天地氣反乃謂之小劫小劫交則萬帝易位九氣改度日月縮運陸地通於九泉水母決於五河大鳥屯於龍門五帝受會於玄都當此之時凶穢滅種善民存焉天運九千九百周爲陽蝕地轉九千三百度爲陰勃陽蝕則氣窮於太陰陰勃則氣極於太陽故陰否則蝕陽激則勃陰陽蝕勃則天地改易天地改易謂之大劫大劫交則天地翻覆河海湧決人淪山沒金玉化消六合冥一白尸飄於無涯孤爽悲於洪波大鳥掃穢於靈嶽水母受事於九河五龍吐氣於北元天馬玄轡以徙魔赤鎖伏精於辰門歲星減王於金耀日月昏翳於三豪之館五氣停暈於九嶺之顛龍王鼓華於東井之上河侯受對於九海之下聖君顯駕於明霞之館五帝科簡於善惡當此之時萬惡絕種鬼魔滅跡八荒四極萬不遺一至於天地之會自非高上三天所不能禳自無青籙白簡所不能脫也又云天關在天西北之角與斗星相御北斗九星則天關之綱柄壬辰之華蓋梵行九天十二辰之氣斗綱運關則九天並轉天有四候之門九天合三十六候一晝一夜則斗綱運關經一候之門晝夜三十六日則經三十六候都竟則是九天一輪三百六十輪爲

九天一周九天一周則六天之氣皆還上三
天三天改運促會以催其度三千六百周則
爲小劫小劫交則九氣改正萬帝易位民亡
鬼滅善好清治六合寧一九千九百周爲大
劫終大劫終則九天數盡六天運窮運窮則
氣激於三五群妖凶横因時而行放妄滅民
此皆運窮數極乘機而鼓以至於此也地機
在東南之分九泉之下則九河之口吐翕靈
機上通天源之淘注傍呑九洞之淵澳以十
二時紀推四會之水東廻一晝一夜則氣盈
○益湊九河之機晝夜三十三日機轉西北廻○
東北張西南翕東南張則溢翕則虧周於四
會天源下流通波是爲一轉三百三十轉爲
一度一度則水母促會於龍王河侯受封於
三天三千三百度謂之陰否陰否則蝕陰蝕
則水涌河決山淪地没九千三百度爲大劫
之終陰運之極當此之時九泉涌於洪波水
母鼓於龍門山海冥一六合坦然此陰運之
充地氣之激也又云赤精開皇元年七月七
日丙午中時登琳琅之都月之上館受符於

元始天王開金陽玉匱玄和玉女口命出皇
民錄諸自開皇巳前三象明曜以來至于開
皇經累億之劫天地成敗非可稱載九天丈
人於開皇時筭定元元校推劫運白簡青籙
得道人名記皇民譜錄數極唐堯是爲小劫
一交其中損益有二十四萬人應爲得者自
承唐之後數四十六丁亥前後中間甲申之
年乃小劫之會人名應定在此之際陽九百
六二氣離合吉凶交會得過者特爲免哉然
甲申之後其中壬辰之初數有九周至庚子
○之年吉凶候見其道審明當有赤星見於東○
方白彗干於月門秋子續黨於蟲口亂群塡
尸於越川人交其種萬里絶烟强臣稱霸弱
主蒙塵其後當有五靈冐瑞義合本根龍精
之後續族之君平滅四虜應符者隆龍虎之
世三六乃清民無横命祚無危患自承唐之
後四十六丁亥是三劫之周又從數五十五
丁亥至壬辰癸巳是也則是大劫之周天翻
地覆金玉化消人淪山没六合冥一天地之
改運非眞所如何惟高上三天白簡青籙乃

待旲鴆蹁而騰翔飛景霄而眄目耳此玄和玉女口命金陽玉曆論天地之成敗吉凶之兆也

上清八景飛經云大劫之周三道斠盈二氣合離理物有期𢓜唐之世陽九放災剪除兇物搜揀上真也

老君戒文云西向流沙中無量國有巨石高二百丈周旋一千五百里巨石北則有芥子城壁方四十里四面石壇高二十丈飛仙一歲送一芥子著此城中以衣拂巨石令消與○

○平地無別芥子城令滿中芥子則時運周劫世轉一階也靈寶齋戒威儀經訣下云石如崑山芥子滿四十里中天人羅衣百年一度拂盡此石取芥子一枚譬如一劫之終若是之久誰當悟斯者也

又靈寶天地運度經云靈寶自然運度有大陽九大百六也小陽九小百六也三千三百年為小陽九小百六也九千九百年為大陽九大百六也夫天厄謂之陽九地虧謂之百六也至金天氏之後甲申之歲是其天地運度否泰所終陽九百六會至時道德方明兇醜頓肆聖君受任於壬辰之年也

太上老君開天經

蓋聞未有天地之間太清之外不可稱計虛無之裏寂寞無表無天無地無陰無陽無日無月無晶無光無東無西無青無黃無南無北無柔無剛無覆無載無壞無藏無賢無聖無忠無良無去無來無生無亡無前無後無圓無方百億變化浩浩蕩蕩無形無象自然空玄窮之難極無量無邊無高無下無等無○

○偏無左無右高下自然唯吾老君猶處空玄寂寥之外玄虛之中視之不見聽之不聞若言有不見其形若言無萬物從之而生八表之外漸漸始分下成微妙以為世界而有洪元洪元之時亦未有天地虛空未分清濁未判玄虛寂寥之裏洪元一治至於萬劫洪元既判而有混元混元一治萬劫至于百成百成亦八十一萬年而有太初太初之時老君從虛空而下為太初之師口吐開天經一部四十八萬卷一卷有四十八萬字一字辟方

一百里以教太初太初始分別天地清濁剖
判溟涬鴻濛置立形象安竪南北制正東西
開闔顯明光格四維上下內外表裏長短麤
細雌雄白黑大小尊卑常如夜行太初得此
老君開天之經清濁已分清氣上昇爲天濁
氣下沉爲地三綱既分從此始有天地猶未
有日月天欲化物無方可變便乃置生日月
在其中下照闇冥太初時雖有日月未有人
民漸始初生上取天精下取地精中間和合
以成一神名曰人也天地既空三分始有生○
○生之類無形之象各受一氣而生或有朴氣
而生者山石是也動氣而生者飛走是也精
氣而生者人是也萬物之中人最爲貴太初
一治至于萬劫人民之初故曰太初是時唯
有天地日月人民都未有識名太初既沒而
有太始太始之時老君下爲師口吐太始經
一部教其太始置立天下九十一劫九十一
劫者至于百成百成者亦八十一萬年太始
者萬物之始也故曰太始流轉成練素象於
中而見氣實自變得成陰陽太始既沒而有

太素太素之時老君下降爲師教示太素以
法天下八十一劫至于百成亦八十一萬年
太素者萬物之素故曰太素太初已下太素
已來天生甘露地生醴泉人民食之乃得長
生死不知葬埋棄屍於遠野名曰上古太素
既沒而有混沌混沌之時始有山川老君下
爲師教示混沌以治天下七十二劫混沌流
行成其山川五嶽四瀆高下尊卑乃其始起
也混沌以來始有識名混沌號生二子大者
胡臣小者胡靈胡臣死爲山嶽神胡靈死爲○
○水神因即名爲五嶽四瀆山川高下混沌既
沒而有九宮九宮之時老君下爲師口吐乾
坤經一部結其九宮識名天地清氣爲天濁
氣爲地從九宮以來天是陽地是陰陽者剛
強遠視難覩在天成象日月星辰是也在地
成形五嶽四瀆是也在人成生心肝五藏是
也分別名之有異總而名之是一也取三剛
名也九宮沒後而有元皇元皇之時老君下
爲師口吐元皇經一部教元皇治於天下始
有皇化通流後代以漸成之元皇之後次有

太上皇太上皇之時老君下爲師教示太上皇以始天下太上皇之後而有地皇地皇之後而有人皇人皇之後而有尊盧尊盧之後而有句婁句婁之後而有赫胥赫胥之後而有太連太連已前混沌以來名曰中古爾時天生五珎地生五味人民食之乃得延年太連之後而有伏羲生於一源之始繼天而生調習陰陽以定八卦自伏羲已前五經不載書文不達唯有老君從天虛空無億河沙在太清之外不可稱計大道既分天地以來開○

○置皇化轉佐天帝通流後世以自記之伏羲之時老君下爲師號曰無化子一名鬱華子教示伏羲推舊法演陰陽正八方定八卦作元陽經以教伏羲伏羲已前未有姓字直有其名爾時人民朴直未有五穀伏羲方教以張羅網捕禽獸而食之皆衣毛茹血腥臊臭穢男女無別不相嫉妬冬則穴處夏則巢居伏羲沒後而有女媧女媧沒後而有神農神農之時老君下爲師號曰大成子作太微經教神農嘗百草得五穀與人民播植遂食之以代禽獸之命也神農沒後而有燧人燧人時老君下爲師教示燧人鑽木出火續日之光變生爲熟以除腥臊燧人沒後而有祝融祝融之時老君下爲師號廣壽子教修三綱齊七政三皇修道人皆不病作按摩通精經次有高原高陽高辛三世次有倉頡仲說教書學文三皇之後而有軒轅黃帝黃帝之時老君下爲師號曰力牧子消息陰陽作道戒經道療經黃帝以來始有君臣父子尊卑以別貴賤有殊黃帝之後次有少昊少昊之時○

○老君下爲師號曰隨應子作玄藏經爾時昇平嘉禾生醴泉出麒麟至鳳凰來景星照少昊之後次有帝顓頊顓頊之時老君下爲師號曰元陽子作微言經顓頊沒後而有帝嚳帝嚳之後而有帝堯帝堯之時老君下爲師號曰務成子作政事經帝堯之後而有帝舜帝舜之時老君下爲師號曰尹壽子作太清經帝舜之後而有夏禹夏禹之時老君下爲師號曰真寧子作德誡經夏禹之後而有殷湯殷湯之後而至周初周初時老君下爲師

號曰郭叔子作赤精經老君曰祕化之初吾體虛無經歷無窮千變萬化先下爲師三皇已前爲神化之本吾後化三皇五帝爲師并及三王皆勸令修善天一地二人三時四音五律六星七風八州九合有四十五子午卯酉中央各有九筭戴九履一左三右七二四爲肩六八爲足中有五龜體成八卦水流歸末分八至丑葉落歸本分六至亥金剛本強分二至未土王四季分四至巳坎特獨走離明數四艮八高掺三從坤位乾甞坳坤與一。相逐巽吁天門從乾貸一震雷動澤從兊所。滅辰午酉亥自刑之卦各内其八卦以成餘有九筭成易字老君即演行期術曰行期之法自有術先舉坎就坤二西南王母東青龍習氣發脣地戶閶巽上四期入中宮筭出中宮昇於乾西之大澤華山巔東北之上寅艮閒南之炎火離霍山幡然變化北入玄

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉敕撰

道教本始部

道教序

上古無教教自三皇五帝以來有矣教者告也有言有理有義有授有傳言則宣教則告因言而悟教明理理明則忘言既有能教所教必在能師所師是有自然之教神明之教此二教無師資也神明之教義說則有據理則無正眞之教三皇五帝返俗之教訓世之教宜分權實且斯五教啓乎一眞自然教者。元氣之前淳朴未散杳冥寂爾顥曠空洞無師說法無資受傳無終無始無義無言元氣得之而變化神明得之而造作天地得之而覆載日月得之而照臨上古之君得之而無爲無爲教之化也神明之教者朴散爲神明夫器莫大於天地權莫大於神明混元氣而周運叶至道而裁成整圓清而立天制方濁而爲地溥靈通而化世界負和氣而成人倫陰陽莫測其端倪神鬼不知其情狀正眞之

教者無上虛皇爲師元始天尊傳授洎乎玄粹秘於九天正化敷於代聖天上則天尊演化於三清衆天大弘眞乘開導仙階人間則伏羲受圖軒轅受符高辛受天經夏禹受洛書四聖稟其神靈五老現於河渚故有三墳五典常道之教也返俗之教者玄元大聖皇帝以理國理家靈文眞訣大布人間金簡玉章廣弘天上欲令天下還淳返朴契皇風也訓世之教者夫子傷道德衰喪闡仁義之道化乎時俗將禮智而救亂則淳厚之風遠矣。意立教者聖人救世愍物之心也悟教。則同聖人心同聖人心則權實雙忘言詮俱泯方契不言之理意象固無存焉

道教所起

尋道家經誥起自三元從本降迹成於五德以三就五乃成八會其八會之字妙氣所成八角垂芒凝空雲篆太眞按筆玉妃拂筵黃金爲書白玉爲簡秘於諸天之上藏於七寶玄臺有道即見無道即隱蓋是自然天書非關倉頡所作今傳靈寶經者則是天眞皇人於峨嵋山授於軒轅黃帝又天眞皇人授帝嚳於牧德之臺夏禹感降於鍾山闔閭竊闚於句曲其後有葛孝先之類鄭思遠之徒師資相承蟬聯不絕其老君道德經乃是大乘部攝正當三輔之經未入三洞之教今人學多浮淺唯誦道德不識眞經即謂道教起自莊周始乎柱下寄言弱喪深所哀哉蓋的嘗聞一至於此何者尋老君生於殷末長自周初託神玄妙玉女處胎八十一載道逢李樹之下剖左腋而生生即皓然號曰老子指樹。爲氏因姓李焉其相也美眉黃色日月角懸。踏五把十耳有三門鼻有雙柱周德下衰世耳交秏乎王三十三年十二月二十五日去生西度青牛薄拳紫氣浮關遂付道德眞經取關令尹喜由此明道家經誥非唯五千元始天尊實殊老君豈唯年代差異亦有位號不同若爲名三界一者欲界有六天即從度人經太皇黃曾天數滿六天是欲界人壽命萬歲人在世生不犯身業殺盜邪淫之罪來生即登此天之中無六欲染著故生此天二

者色界有十八天即以次取之其天人壽億萬歲若一生之中不犯身業貪嗔之罪得生此天三者無色界天其中人壽命億劫歲若人一生之中不惡口兩舌妄言綺語當來過往得居此天其中善男子善女人功行滿足堪上四天者王母迎之登上四天其三界太虛無上常融天太釋玉隆騰勝天龍變梵度天太極平育賈奕天此四天名種民天即三界之上三災所不及四種民天上有三清境三清之上即是大羅天元始天尊居其中施。化敷教

道教三洞宗元

原夫道家由肇起自無先垂跡應感生乎妙一從乎妙一分為三元又從三元變成三氣又從三氣變生三才三才既滋萬物斯備其三元者第一混洞太無元第二赤混太無元第三冥寂玄通元從混洞太無元化生天寶君從赤混太無元化生靈寶君從冥寂玄通元化生神寶君大洞之跡別出為化主治在三清境其三清境者玉清上清太清是也亦名三天其三天者清微天禹餘天大赤天是也天寶君治在玉清境即清微天也其氣始青靈寶君治在上清境即禹餘天也其氣元黃神寶君治在太清境即大赤天也其氣玄白故九天生神章經云此三號雖殊本同一也此三君各為教主即是三洞之尊神也其三洞者謂洞真洞玄洞神是也天寶君說十二部經為洞真教主靈寶君說十二部經為洞玄教主神寶君說十二部經為洞神教主故三洞合成三十六部尊經第一洞真為大。乘第二洞玄為中乘第三洞神為小乘從三。洞總成七部者洞真洞玄洞神太玄太平太清為輔經太玄輔洞真太平輔洞玄太清輔洞神三輔合成三十六部正一盟威通貫總成七部故曰三洞尊文七部玄教又從七部况開三十六部其三十六部者第一本文第二神符第三玉訣第四靈圖第五譜錄第六戒律第七威儀第八方法第九衆術第十傳記第十一讚誦第十二表奏右三洞各十二部合成三十六部其三氣者玄元始三氣也

始氣青在清微天元氣黃在禹餘天玄氣白在大赤天故云玄元始三氣也又從玄元始變生陰陽和又從陰陽和變生天地人故道德經云道生一一生二二生三三生萬物自玄都玉京已下合有三十六天二十八天是三界內八天是三界外其三界內者欲界色界無色界從下六天爲欲界次十八天爲色界次四天爲無色界三界合二十八天其三界勝境身相端嚴從欲界天已上人壽命長遠皆以黃金爲地白玉爲堦珠玉珍寶自然○而有雖復歡樂並不免生死其次三界上四天名爲種民天亦名聖弟子天亦名四梵天此天人斷生死三災之所不能及其次即至三境境別有左右中三宮宮別有仙王仙公仙卿仙伯仙大夫別有一太上老君天師太清境有九仙上清境有九眞玉清境有九聖三九二十七位也其九仙者第一上仙二高仙三大仙四玄仙五天仙六眞仙七神仙八靈仙九至仙眞聖二境其號次第亦以上高太玄天眞神靈王而爲次第最上一天名曰大羅在玄都玉京之上紫微金闕七寶騫樹麒麟師子化生其中三世天尊治在其內三界二十八天其次四天其次三境最上大羅合三十六天總是三尊所統故經云三界之上眇眇大羅上無色根雲層峩峩唯有元始浩劫之家三代天尊者過去元始天尊見在太上玉皇天尊未來金闕玉晨天尊然太上即是元始天尊弟子從上皇半劫以來元始天尊禪位三代天尊亦有十號第一曰自然二曰無極三曰大道四曰至眞五曰太上六○曰道君七曰高皇八曰天尊九曰玉帝十曰陛下

左乙混洞東蒙録

東海青華小童曰余忝植昔因曠劫貽果曩辰恭承太上嘉命試守青華之宮紫雲蓋上日月映傍衆仙玉女妙行眞人侍衛左右安樂自然命登不死位毗上君統攝學生之人奉迎太平後聖宮內東殿金房玉格有寶經三百卷玉訣九千篇無數文誥彌劫不窮妙理要方備在此內此內之要左乙爲端遴賦

所嘗常用欣歡願濟一切同歸道源群生垢滯諒難拯度太上大慈勑余嶽密隨運接引導誘勿休念茲在心不敢暫替既正主學仙籍錄領受爲真之人誓志宣通開發成美天寶禁重不得輕傳傳之必是其人先啓告太上須有瑞應乃得施行三百寶軸左乙在前思以廣救未遇其人學者雖多會真者少出之懼招泄寶之災闇之慮延絕道之咎積感淹時齋思累載上相青童君共尋寶經題目左乙東蒙之錄又名三天不死之章又名智慧長生妙訣又名上聖接生寶篇又名源洞續善玉曆又名雌一混洞真文中三品總名簿錄檢其上品名不死之錄又名紫字青文又名青錄紫章又名紫書錄文又名玉簡青符次有中品名長生之錄又名黄籙白簡又名玉牒金篇又名玉書金字又名金文玉符次有下品名死籍之錄一名丹章玄牒一名黑簡朱文一名赤目石記一名勒退幽符知下品錄名得進入中品知中品錄名即昇上品知識名題尚能進品況乃解了修行者乎

靈寶略紀

述曰經法元起量世所鎖與虛空齊量信不可計劫劫出化非所思識過去有劫名曰龍漢爰生聖人號曰梵氣天尊出世以靈寶教化度人無量其法光顯大千之界龍漢一運經九萬九千九百九十九劫氣運終極天淪地崩四海冥合乾坤破壞無復光明經一億劫天地乃開劫名赤明有大聖出世號曰元始天尊以靈寶教化其法興顯具如上說赤明經二劫天地又壞無復光明具更五劫天地乃開太上大道君以開皇元年託胎於西方緑那玉國寄孕於洪氏之胞凝神瓊胎之府三千七百年降誕於其國鬱察山浮羅之嶽丹玄之阿側名曰器度字上開元及其長乃啓悟道真期心高道坐於枯桑之下精思百日而元始天尊下降授道君靈寶大乘之法十部妙經元始時仍住其國長樂舍中普爲時俗人天開暢大法是時得道之人塵沙非譬元始乃與道君遊履十方宣布法緣既畢然後以法委付道君則賜道君太上之號

道君即爲廣宣經籙傳乎萬世爾時十方大
法布滿唯宛利城境法音未周而此土衆生
與法有緣在昔帝嚳時太上遣三天眞皇賫
靈寶五篇眞文以授帝嚳奉受供養彌其年
稔法籙傳乎世帝嚳將仙乃封之於鍾山鍾
山在西北弱水之外山高萬五千里至夏禹
登位乃登名山巡狩度弱水登鍾山遂得帝
嚳所封靈寶眞文於是奉持出世依法修行
禹唯自修而已不傳於世故禹得大神仙力
能鑿龍門通四瀆功畢川途治導天下又安
○乃託尸見死其實非死也故智者莫其迹眞○
人知其靈禹未仙之前乃復封之鎭乎北嶽
及包山洞庭之室距吳王闔閭時王出遊包
山見一人在中問曰汝是何人答曰我姓山
名隱居闔閭曰子在山必有異見者試爲吾
取之隱居諾乃入洞庭訪遊乎地天一千五
百里乃至喬見一石城不敢輒入乃於外齋
戒三日然後入見其石城門開於室內玉几
上有素書一卷文字非常即便拜而奉出呈
闔閭闔閭即召群臣共觀之但其文篆書不

可識乃令人齎之問孔子使者忽然諞詐曰
吳王閑居殿堂忽有赤烏銜書來落殿前王
不解其意故令請問孔子愀然不答良久乃
言曰丘聞童謠云吳王出遊觀震湖龍威丈
人山隱居北上包山入靈墟乃入洞庭竊禹
書天帝大文不可舒此文長傳百六初若强
取出喪國廬若是此書者丘能知之赤烏所
銜則丘未聞使者乃自首謝曰實如所言於
是孔子曰此是靈寶五符眞文昔夏禹得之
於鍾山然後封之於洞庭之室使者反白闔
閭○乃尊事之然其侈性慢易不能遵奉道科○
而眞文乃飛上天不知所在後其子夫差嗣
位乃登勞山復得之奉崇供養自爾相承世
世錄傳至三國時吳主孫權赤烏之年有瑯
琊葛玄字孝先孝先乃葛尚書之子尚書名
孝儒年八十乃誕玄玄多靈應年十三好慕
道德純粹忠信舉孝廉不就棄榮辭祿志尚
山水入天台山學道精思遐徹未周一年感
通太上遣三聖眞人下降以靈寶經授之其
第一眞人自稱太上玄一第一眞人鬱羅翹

其第二眞人自稱太上玄一第二眞人光妙
音其第三眞人自稱太上玄一第三眞人眞
定光三眞未降之前太上又命太極眞人徐
來勸爲孝先作三洞法師孝先凡所受經二
十三卷幷語稟請問十卷合三十三卷孝先
傳鄭思遠又傳兄太子少傅海安君字孝爰
孝爰付子護軍悌悌即抱朴子之父抱朴從
鄭君盟鄭君授抱朴於羅浮山去世以付兄
子海安君至從孫巢甫以隆安之末傳道士
任延慶徐靈期等世世錄傳支流分散孳孕○
○非一此大運之通應根而作者因緣冥會乃
神明之意有心君子可以取焉

三寶雜經出化序

夫衆先元起資乎本眞本眞清凝凝然淵靜
湛體常住無去來相自古及今其名不去無
形無名爲萬物之宗矣三元經謂之衆生眞
父母者也我之所生乃是因緣和會寄胎父
母耳衆生靈照本資眞父母而生但以本性
既微未能照見爲塵勞所惑遂使有身有身
之患萬累生焉是以轉輪五道還源靡途因

以本性相資靈照本同皆有智性卒莫反眞
聖人興慈父之悲愛同赤子隨宜拯濟使之
離苦得無爲之樂是以三洞及諸法門隨其
所好而開令其解脫解脫所由蓋緣能悟悟
則受行能棄俗法安神無爲得不死術若有
智者能爲諸人解暢經旨使長迷反曉者其
福可量乎余未染道服披尋經教求之意緒
度脫彷彿輒述三寶出化所由幷訓解經卷
數篇辯諸疑惑以擬有道君子述作而已不○
○敢遠其中遺植訓乖謬覽者詳焉

天尊老君名號歷劫經略

老君至開冥賢劫之時託生搏桑太常王帝
天宮以法授搏桑太帝號曰無極太上大道
君亦號曰最上至眞正一眞人亦號曰無上
虛皇元始天尊在元陽之上則無極上上清
微天中高上虛皇道君也於是放身清涼神
光明朗照大幽之中爾時盤古眞人因立功
德見召於天中盤古乃稽首元始虛皇道君
請受靈寶內經三百七十五卷時高上虛皇
太上道君則授以三皇內經三十六卷而盤

古眞人乃法則斯經運行功用成天立地化
造萬物下遊天地發圓珠之應萬六千日月
明三辰天元而起遂有五億五千五百五十
億萬重天地為十方俱行道德之化後天皇
氏始興焉時老君降三玄空天宮以天皇內
經十四篇授與天皇以治天下三十六萬歲
乃曰日昇仙上三玄空天宮中天皇氏後而
地皇氏興焉太極老君又授地皇內經十四
篇地皇氏得此經以治天下三十六萬歲乃
白日昇天上素虛玉皇天宮中萬帝朝尊地
○皇仙後人皇氏興焉太極老君又授人皇內。
經十四篇人皇得此經以治天下三十六萬
歲於是白日昇仙上太素虛玉皇天宮受自
然之壽由是以後九億九千九百九十九萬
歲方至于五帝興焉五帝各理三萬六千歲
而五帝氏後逮於中皇天皇君出世而啓太
上老君太極眞人下降崑崙之山又授以天
皇內經十四篇而天皇君得此經以道治世
三萬六千歲白日登仙上昇太清天中天皇
君仙後而地皇君興焉地皇君出世太上老

君太極眞人又下降流綱之山授地皇君地
皇內經十四篇而地皇君得此經以道治世
三萬六千歲白日登仙上昇太極虛皇天中
而地皇君仙後而人皇君興焉人皇君時太
極眞人太上老君下降於南霍之山又授以
人皇君內經十四篇而人皇君得此經以道
治世三萬六千歲白日登仙于太極南朱上
天宮自中三皇氏後老君經九萬九千九百
九十萬歲又以法授人皇君子孫俾治世修
道元始天尊眞人皆降焉後五龍氏興焉天
○眞皇人太上老君降下開明之國以靈寶眞。
文三皇內經各十四篇授五龍氏五龍氏得
此經以道治世萬二千歲白日登仙爾時甘
露降焉蒼生則於中化生是後運動陰陽作
為五行四微世欲生死之業於是而起人乃
任性混朴茹毛飲血男女無別夏則巢居冬
則穴處經于三十六萬歲後神人氏興焉神
人氏出生其狀神異若盤古眞人而亦號盤
古即是無劫蒼生萬物之所來也以已形狀
類象分別天地日月星辰陰陽四時五行九

宫八卦六甲山川河海不能決定故以天中
元景元年七月一日上登太極天王上啓元
始太上天尊更授神寶三皇內經幷靈寶五
符經老君下降授神人氏得斯經下世則按
經圖分畫天地名前劫高上眞人更新開乎
造化時事故睞前皇聖人功用所以於此而
爲更始但世人相聚只知有此盤古豈明今
天前始之初復有盤古者哉所以自斯盤古
以道治世萬九千九百九十九載白日昇仙
上崑崙登太清天中授號曰元始天王則王○
母學道降人鳥之山而盤古眞人氏仙後伏
羲氏興伏羲氏興而太極天眞大神以清濁
已分元年上啓太上老君以天皇內經十四
篇幷靈寶圖道德五千文授伏羲伏羲按經
文以道化天下故致別白衆生殊類則以人
爲貴方列其男女夫妻父子兄弟氏族則靈
寶五千文經之功也伏羲以道治世六千歲
白日昇天中號曰天眞景星眞人伏羲氏後
而燧人氏興焉燧人氏興故玉虛眞人以清
濁已分元年上啓太上老君下降丹霍之丘

以地皇內經十四篇幷靈寶五千文道德經
授燧人氏燧人氏得斯經造火變生爲熟乃
靈寶之功也燧人氏以道經治世六千歲於
丹霍之山白日昇仙登于太極左宮號曰玉
虛眞人燧人氏後祝融氏興焉祝融氏與太
上老君以天漢元年下降南嶽衡山及蓬萊
山以人皇內經靈寶五千文道德經等以授
祝融氏觀人皇內文則知金玉七寶之所在
故範土爲金冶石爲鐵乃造刀斧鋸鑿等以
利益衆生使不損衆生手爪之用是以祝融
氏以道德治天下六千歲白日昇于太極南○
昌上宮號大行眞人自伏羲燧人各授六百
歲傳子孫得六千歲祝融氏後而神農氏興
焉神農氏興而元始太上老君以天景元年
下降形馬之山以靈寶五篇眞文三皇內經
道德經授神農氏所以神農按經文欲爲天
下衆生合仙藥以濟天下萬民是時晉四天
下衆生旣非仙藥能濟所以方按三皇內經
召天上前劫高上父母天中大聖眞人問以
先劫造化時事旣決已則負靈寶眞文飛行

百卉之山過其苦則生遇其甘則死所以一日之中百生百死故於農石山谷方備得五穀五斧以還救民種植以代生殺使教穀食于時民既為日已久五臟見爛故重按道方為品類草木石等以為醫方治民疾病造作稱尺斗斛貨易則爲雲輪之車周行天下各隨國土所宜無不盡備矣而神農以道天下治二百歲於大室之山白日昇仙上登太皇之天號曰靈寶虛皇真人傳世子孫合五百二十二年後則軒轅氏與以上皇元年十月○

○五日老君下降於峩嵋之山授黃帝靈寶經五符真文黃帝登南霍山有朱靈神人以三皇內經授帝是黃帝既平蚩尤以後方思神妙化用之意不能開解而師廣成子按三皇內經召高天大聖真人前劫造化神仙真人以九天父母問乎前劫造化功用時事是元始天尊真仙並降語帝曰爾欲知前劫造化時事者汝可尋太上玄老靈寶君五符真文經也功用本起莫不從於是經以莊嚴天地至于萬物一切蒼生功德是足備出斯經品物名色衆生殊類普陳載焉爾時元始老君爲帝解説所以帝依其解文句添思俯察改致造作城臺宮闕房室衣冠教以榮華之色乃製舟車以通水陸陶坏鼎器物以給天下飲食之用又推天文禮樂故百工周奏以助其化皆循靈寶三等經文之功又至上皇三年七月二十九日壬子天真皇人下授黃帝六壬式國六甲三元遁甲造式之法法威天下流傳子孫也故黃帝以道治世一百二十年於鼎湖山白日昇天上登太極宮號曰中○

○黃真人

雲笈七籤卷之三

宋朝奉郎守尚書屯田員外郎充集賢校理臣張君房奉勅撰進

道教經法傳授部

上清源統經目註序

上清者宮名也明乎混沌之表煥乎大羅之天靈妙虛結神奇空生高淨澄淨以上清為名乃衆真之所處大聖之所經也宮有丹青金書玉字上皇寶經皆玄古之道自然之章起於九天之王九玄道君推校本元已歷九萬億九千劫上皇典格各不相參道君以中。○皇元年九月一日於玉天瓊房金闕上宮命東華青宮撿俯仰之格棣校古文撰定靈篇集為寶經傳至漢武帝時得經起柏梁臺以貯之帝既為神真所降自云得道放情怠懈不從王母至言明年天火燒柏梁臺經飛還太空於茲絶跡太元真人茅君諱盈師西城王君受上清玉珮金璫二景璿璣之道以漢宣帝地節四年三月昇天又玄洲上卿蘇君諱林師涓子受上清三一之法以漢神爵二年三月六日登天又周君李君衆仙各有所得並相承經業多不傳世漢孝平皇帝元始二年九月戊午西城真人以上清經三十一卷於陽洛之山授清虛真人小有天王王褒褒以晉成帝之時於汲郡修武縣授紫虛元君南嶽夫人魏華存華存以咸和九年歲在甲午乘飈輪而昇天去世之日以經付其子道脫又傳楊先生諱羲羲生有殊分通靈接真乃昔簡文皇帝之師也楊君師事南嶽魏夫人受上清大洞真經三十一卷至晉孝武皇帝太元十一年歲在丙戌昇仙許先生者。○名映丹陽句容人也七世祖許子阿生有陰德福潤流澤鍾於後嗣子阿六世孫名副仕為剡縣令副有八子其第一子名邁字叔玄小名映改名遠遊少好仙道躭心冥肆吐納和氣矯志雲漢超跡絶世以晉建興元年歲在癸酉渡江入赤城山中往而不返師南海太守鮑靚太元真人茅君遠遊第五弟名謐仕為護軍長史散騎常侍師太元真人受上清衆經於寧康元年隱景去世謐有三子其第三子名玉斧長名翽字道翔有道德淳瑩絶

世無倫師揚先生授上清三天正法出素鳳文三十一卷遯跡潛化王斧子黃民黃民子名豫之以元嘉十二年終剡之白山臨去世之時以上清寶經三洞妙文封以玄臺印以白銀留寄剡縣馬慶生家語之曰今且暫行不久當還勿開此經馬氏崇奉累世安康有道士婁化者常毀馬氏合究悉經源苦求開看馬氏固執竟不從命結贐無方是時宋明皇帝崇敬大法招集道士供養後堂婁化乃因後堂道士殳李眞密啓之帝即命使逼取至京乃拜禮開之忽有五色紫光洞煥眼前。帝驚曰神眞匪觸比其年不愈而崩元徽元年馬氏即出訴啓請其經詔勅聽還於是天藏眞書復歸馬氏茲乃上眞注筆朱簡紫書後之凡庶摸而傳奉號曰眞跡今記神王所撰寶經卷三十一首篇章目第並指事爲名然天眞之言理奧難尋或名同而事異或理合而字乖靈秘妙隱不與世合幸而見之卒難詳辨余宿植緣會遊涉法源性好幽旨躭靈味玄鑽研彌齡始覺髣髴謹以鄙思尋校衆經爲上清目義非敢有裨大衆聊自記而已

靈寶經目序

元嘉十四年某月日三洞弟子陸脩靜敬示諸道流相與同法弘修文業讚揚妙化興世隆福每欣一切遭遇慈澤離彼惡道入此善場道達長樂何慶如之但至賾究奧妙義微遠靈匠未遇群滯莫披翹翹渴仰者豈予小子乎既太虛眇邈玄師難希宜求之於心即理而斷也敢竭闇淺先言所懷夫靈寶之文始於龍漢龍漢之前莫之追記延康長劫混。沌無期道之隱淪寶經不彰赤明革運靈文興焉諸天宗奉各有科典一劫之周又復改運遂積五劫迨于開皇已後上皇元年元始下教大法流行衆聖演暢修集雜要以備十部三十六帙引導後學救度天人上皇之後六天運行衆聖幽昇經還大羅自茲以來迴絕元法雖高辛招雲輿之校大禹獲鍾山之書老君降眞於天師仙公授文於天台斯皆由勳感太上指成聖業豈非揚芳於世普宣

一切也按經言承唐之後四十六丁亥其間
先後庚子之年㱄于續黨於禹口亂群塡尸
於越川強臣稱霸弱主西播龍精之後續祚
之君罷除僞主退翦逆民衆道勢訖此經當
行推數考實莫不信然期運既至大法方隆
但經始興未盡顯行十部舊目出者三分雖
玄蘊未傾然法輪已遍於八方自非時文運
會孰能若斯之盛哉項者以來經文紛互似
非相亂或是舊目所載或自篇章所見新舊
○五十五卷學士宗竟鮮有甄別余先未悉亦
是求者一人既加尋覽甫悟參差或刪破上○
清或枺抒餘經或造立序說或迴換篇目裨
益句章作其符圖或以充舊典或別置盟戒
文字僻左音韻不屬辭趣煩猥義味淺鄙顚
倒舛錯事無次序考其精僞當由爲狷狂之
徒質非挺玄本無尋眞之志而因修窺閱假
服道名貪冒受取不顧殃考與造多端招人
宗崇敢以魚目厠於隋侯之肆輙將散礫託
於和氏之門衒誑愚蒙埋翳太玄既晚學推
信弗加澄研遂令精麤糅雜眞僞混行視聽

者疑惑修味者悶煩上則損辱於靈圖下則
恥累於學者進退如此無一可宜徒傾產疲
力將以何施夫輕慢之咎既深毀謗之罪靡
赦余少耽玄味志愛經書積累錙銖冀其萬
一若信有可崇何苟明言坐取風刀乎處有
未悉今條舊目已出并仙公所授事注解意
疑者略云爾

上清經述

述曰尋經之意乃太虛齊量劫劫出化非可
○籌算自開皇之後逮天漢時范陽襄平王褒
字子登以正月一日辭二親欲尋神仙求不○
死之道乃入華陰山精思一十八年遂感上
聖太極眞人西梁子下降授餌飯方并服雲
牙法後五年太極眞人王總眞復降以上清
經三十一卷付子登并將子登遊五嶽觀名
山備受上法逮乎晉武皇帝時任城魏華存
字賢安乃魏陽元之女也陽元仕至滎陽宜
陽二郡太守散騎常侍冀州刺史其父乃嫁
賢安於南陽劉乂字幼彥乂妻時除爲脩武
縣令賢安隨焉賢安自少爲女處手內室性

好至道雖未得仙而眞人屢降及其長也女
子有夫之義修尚之事有時而廢及至兒女
成立告誡子曰我願終尋眞之志於是離群
獨處不交人事深託隱𥨊遲修莊尚入室百
日所期仙靈積思希感爾乃獨節應神丹心
潛會精苦仰徹天眞退降於是季冬之月夜
半清朗忽聞空中有鍾鼓之響笳簫之聲音
韻嘈嘈出戶望之見從東方虛空而來旍旗
鬱勃羽蓋紛紜光輝幽藹煥爛太虛他人莫
之見也須臾有虎輦玉輿隱輪之車並頓駕○
○來降夫人之靜室凡四眞人並年可二十餘
容貌偉朗天資秀穎同著紫花蓮冠飛錦衣
裳瓊藥寶帶體佩虎文項有圓光手把華旛
其一人自稱曰我太極眞人安度明也其一
人曰我東華大神方諸青童君也其一人曰
我扶桑碧海暘谷神王景林眞人也其一人
曰我清虛眞人小有仙人王子登也於是夫
人匍匐再拜叩頭自搏不期今日道君降下
唯乞神仙長生度世四人乃坐良久王子登
告夫人曰聞子襄日念善展轉求生密練眞

氣魂和體清丹懷遠邁錄字上清高契眞人
抱信期靈幽感啓微潛耀赤城遂金書紫極
藏簡玉庭故感高晨玄唱齊并是以太帝君
勑我今來教授於子神眞之道焉其東華青
童君曰此清虛眞人者爾之師也當受業焉
其安度明曰子因緣上業積感求道苦心久
矣用思至也適今來矣子得之焉其景林眞
人曰子勤感累世積念眞靈將積應之所期
乃明挺之標會也虛皇早鑒爾之用思太極
已注子名於玉札錄字紫虛之宮金書東華○
○之閣刻名上清丹文錦籍虛為紫虛元君上
眞司命又加名山之號封南嶽夫人今視子
之質實實暠高煥開精重照鳳骨龍姿腦色
寶曜玉藏紫絡心有羽文形棲晨霞神友靈
肆天人之任良不虛矣希謠王裒相為盟師
故遣太極眞人鑒子之精子其勗哉四眞各
有辭致言畢夫人叩頭自搏而言曰華存早
賤枯骨之餘自廢塵垢久染濁穢天地寥邈
高下懸隔縱恣五濁翻錯臭穢滯塞靈祇沉
淪凡俗無冀日月迴曜幽穴不謂天尊下交

凡肆所以割心斷意取同蟬蛻自顧少好神仙貪樂長生心之所諳出於自然志之所期誓以三光而值季世俱忌檀度制置無從脫免良願不遂今形非穎影體氣良惡久爲垢穢所逼者徒勵節無益自入劉門修道日廢須者少閑内外乖隔容得齋思謹按道法尋求經方入室之制爲欲靜護五藏辟諸疾病耳豈圖上願惟在今日今夕道君丞降慶出分外光照幽谷荷戴天眷不勝悼懼此是婢子有幸當得度世唯乞哀矜賜以性命自陳○畢東華小童指招而告之曰子少好道眞至○誠寄感是故因緣世生胎錄五神寄慧齊見超度八難氣適靈輝挺會眞等自當爲紫虛之宮上眞司命勤精彌綸太極所矜又加名嶽之封位均諸侯然不受闕上道内法晨景玉經者仙道衆妙無緣得成也子其勉哉我後日當更期會於陽洛山中汝勤之矣於是清虛眞人王君乃命侍女華散條李明允等使披雲蘊開玉笈出太上寶文八素隱書大洞眞經靈書紫文八道紫度炎光石精玉馬神眞虎文高仙羽玄等經三十一卷是王君昔於陽洛山遇南極眞人西城王君所授者也今於汲郡修武縣中授夫人喬陽谷神王又別授夫人黄庭内景經正一眞人張君又別授治精制鬼法夫人前後所授非但此三十一卷而已其篇卷悉在傳中不能一一書之此乃上清經從此而行世也

三皇經說

三皇經云昔天皇治時以天經一卷授之天皇用而治天下二萬八千歲地皇代之上天○又以經一卷授之地皇用而治天下二萬八千歲人皇代之上天又以經一卷授之人皇用而治天下亦二萬八千歲三皇所授經合三卷爾時號爲三墳是也亦名三皇經三皇後又有八帝治各八千歲上天又各以經一卷授之時號爲八索是也此乃三墳八索根本經也如法而言三寶俱起無量之世但以隱爾有時自三皇八帝之後其文亦隱至于晉武皇帝時有晉陵鮑靚官至南海太守少好仙道以晉元康二年二月二日登嵩高山

入石室清齋忽見古三皇文皆刻石為字爾
時未有師覩乃依法以四百尺絹為信自盟
而受後傳葛稚川枝子相傳至于今日三寶
行世自然之數心與理契因緣冥符使之然
也術曰夫衆生皆惑長迷生死神明蔽暝不
能悟理聖人興大慈大悲愛若赤子隨時化
生隨宜救拔欲令離苦得無為之樂但聖道
淵邃難可頓悟必須階漸以發其蒙未顯大
法先教廚食章書雜法黃赤之道雜化淺近
○以應遇情信伏能修雜法名為奉道既能奉
道則能捨離魔俗之法漸漸調伏而後教以○
靈寶既信靈寶便求為道士既為道士便宜
受持一百八十大戒二百四十威儀修行六
通能遣六塵四十五念十二上願十二可從
一切法行皆能受持研心宗極洞體道真洞
然玄悟以得神仙從此而修終會無為當知
章廚雜化為漸導之義雖名奉道未識正理
惟體識君子宜裁之焉

道教相承次第錄

謹按雲臺治中內錄言太上老君傳授雲臺
正治官圖治山靈鼎等得四十一代相承具
人名代數如後
第一代老君老君大山大丹治法傳授三百
人唯三人系代王方平尹喜徐甲
第二代王君王君授三十人唯三人系代茅
濛孫盈韋震
第三代韋震震授十七人唯二人系代若士
李夫人名仙
第四代若士士授五十二人唯三人系代李
元君白石先生李常存
○第五代李元君元君授七十二人唯二人系○
代王子喬許述成
第六代諸仙別傳分散世絕系治官氣並治
名老君念於志學之子冊下平蓋山授張陵
為雲臺治火芝火仙之經方術變化長生不
死之藥登昇雲天之道勑陵為第六代道之
外孫而東海小童君為陵保舉師太上老君
為度師度雲臺治封陵為天師天師授三百
人唯三人系代行治張申王昇李忠
第七代張申申授三十三人唯三人系代行

傳治法李仲春李意期李玄
第八代李仲春仲春授十五人唯二人系代
李少君魏伯陽
第九代李少君少君授九十人唯二人系代
欒巴李常存
第十代欒巴巴授五人唯二人系代陰長生
李甫先
第十一代陰長生長生授八人唯二人系代
張景霄王萬稽
○第十二代張景霄景霄授五人唯一人系代○
劉馮
第十三代劉馮馮授五人唯一人系代劉政
第十四代劉政政授五人唯二人系代孫博
嚴光
第十五代孫博博授三人無可代者乃入林
屋山中合龍虎大丹而昇天治法遂絕
太上老君命李仲甫出神仙之都以法授江
南左慈字元放故令繼十六代為師相付元
放授八十人唯三人系代介象嚴光女李
佗

第十七代介象介象授四十人唯五人系代
李延張授萬葛卿阮玉李用
第十八代李延介詼延詼授十八人唯一人
系代劉景
第十九代劉景景授四人唯一人系代東海
郭延
第二十代東海郭延延授三十人唯一人系
代靈壽光
第二十一代靈壽光壽光本外國人授十八
人唯一人系代何述
○第二十二代何述述授十人唯一人系代羅○
先期
第二十三代羅先期先期授二十人唯二人
系代甘李仁甘孝先
第二十四代甘孝先孝先授五十一人唯一
人系代石帆公
第二十五代石帆公帆公授十九人唯一人
系代宮戶一云宮中用事也
第二十六代宮戶戶授八十人無可傳者治
法遂絕戶入南嶽及天台山經八十五年

世絶仙人正道不繼

老君念其功修之徒弄降廬山勑左元放授施存葛玄令繼代爲仙官世祖師傳仁人者也

第二十七代施存存授七十人但皆地仙耳唯同學葛玄繼代

第二十八代葛玄玄授十九人唯三人系代張泰仇真李用別出

第二十九代尹思太上老君差紫衣使者下令於廬山授五人更二人尹思尹軌系代○傳治思授七十人唯二人系代女子樊忠○和章義山

第三十代尹軌軌授十九人唯一人系代女仙李元一

第三十一代女仙樊忠和忠和授二人唯一人系代劉綱東陵女

第三十二代女仙李元一元一授四十人無人可傳治法代絶

第三十三代劉綱綱與夫人弟子雖居官治又其夫也治法復絶

第三十四代張泰泰葛玄弟子玄見其代絶乃弄令泰授十一人唯一人系代王列

第三十五代王列列授九人唯二人系代許遜胡少真

第三十六代許遜遜授一百人而無人可授系代又絶遜昇天後兩代人民征伐眞志不傳

老君勑使三人於天台山令葛玄傳鄭思遠系三十七代思遠授十九人唯二人系代葛洪李淳風

第三十八代李淳風淳風授四十人唯四人○系代而未傳授二人者李道興李靖後又隱於房公之山一百年後出授張常存李太虛李惠乘同太師种等四人

第三十九代李惠乘張常存而各分代傳授皆稱三十九代孫惠乘授三十人唯三人可代李保真白玄中李太昌張常存授三十七人唯二人願系代孫張真應真孫道用

第四十代李保真保真授二十四治一百人唯二人系代林通元李德仁

第四十一代林通元

玄都九真盟科九品傳經錄

玄都上品第一篇曰大洞真經雌一寶經太上素靈大有妙經三奇之章高上玉皇寶篇秘在九天之上大有之宮太玄靈臺玉房之中上皇之初舊科經萬劫一傳三道正明學真日與高上科七千年內聽得三傳侍衛玉童玉女各七千人執香典炅按科傳授之法皆對告齋百日分金鈕爲盟給玉童玉女依四極盟科不依科而傳罪延七祖幽魂充役。呑火食鐵負山運石以塡無極之考抱風刀之罰身殁形殘長閉地獄萬不得仙

玄都上品第二篇曰傳大洞真經三十九章於後者誓以上金十兩銅二十五斤鈕五雙金魚玉龍各一枚青絲一兩纏鈕若雌一以上金五兩五色錦繒各五十尺香一斤金鈕三雙太上素靈洞真玄經上金三兩紫紋百尺青繒二十七尺赤絲五兩香一斤丹一兩上皇以信誓心不得有闕闕則考科師犯則奪侍經玉童玉女還於本宮不過三年身被風刀考罰自然失經受者不依盟科皆失明形殘七祖父母被受鄷都之責萬劫還生非人之道學者愼之

玄都上品第三篇曰凡有金名東華玉字上清得授太霄琅書瓊文帝章紫度炎光神玄變經上清變化七十四方九真中經丹景道精隱地八術解形遁變流景玉經七變舞天經皆九天真王元始天王太上天帝君中央黃老君受於太空中九玄之內虛無之高章也皆秘在太上靈都之宮紫房三元君主之。侍衛玉童玉女皆三千人元始之初經七千劫一傳自三道立正之後七千年內聽三傳七百年中有其人亦聽傳傳皆對齋九十日或九日告盟而授之給玉童玉女依四極盟科若不依科而傳罪延七祖父母充責鬼官運豪山之石塡積夜之河萬劫還生非人之道已身被風刀之考自然失經終不得仙傳者愼之

玄都上品第四篇曰傳瓊文帝章齋金魚玉龍青繒三十二尺金鈕三雙爲誓紫度炎光

五色錦各五十尺上金五兩沈香五斤眞朱
一斤書刀一口金札七枚絳紋七十尺之誓
上清變化七十四方經青繒四十尺上金十
兩金鈕六雙好香一斤金魚玉龍之誓九眞
中經舊科落髮爲盟令以白絹九十尺准盟
法於九眞之數青絲一斤絳紋二十四尺北
韠之誓碧繒二十四尺月華之誓金鈕三雙
元常童子圓變之信丹景道精隱地八術解
形遯變流景玉經悉上金十兩金魚玉龍各
一枚青繒四十尺紫紋四十尺金鈕各三雙〇
七變舞天經上金五兩眞朱一斤青繒三十
二尺之誓信以質心不得有闕闕則違科師
以天信投於山棲以救窮乏餘以供營經書
之具不得他散師犯上科奪玉童玉女滅算
奪紀注名度還北酆受者不依科皆喪魂失
神風刀之考不出三年自然失經終不得仙
玄都上品第五篇曰消魔智慧玉清隱書寶
洞飛霄絕玄金章紫鳳赤書八景晨圖金眞
玉光靈書紫文金璫玉珮金根上經三天正
法皆太上大道君元始天王金闕帝君之寶

章祕在玉清之宮金房紫戶之內典衛靈文
玉童玉女各三千人元始之初千劫一傳自
三天立正之後七百年內聽得三傳百年中
有其人聽一傳給玉童玉女依四極盟科授
者對齋九十日或九日而傳不依科而傳罪
延七玄之祖長充鬼役無有解脫已身被風
刀之考死充下鬼萬不得仙
玄都上品第六篇曰傳消魔智慧寶洞飛霄
絕玄金章赤書八景晨圖皆上金十兩玉札
一枚金魚玉龍各一枚紫繒四十尺金根經
〇靈書紫文上金五兩金簡玉札各一枚長一〇
尺六寸廣二寸四分金魚玉龍各一枚紫繒
百尺青紋四十尺三天正法青繒三十尺青
布四十三尺金鐶五雙以爲盟誓上金十兩
通神之信金眞玉光玉珮金璫玉清隱書皆
金魚玉龍各一枚以爲誓信依科不得有闕
闕則師奪玉童玉女注名還度北酆受不依
科皆喪魂失神罰以風刀不出三年自然失
經萬不得仙
玄都上品第七篇曰七星移度白羽黑翮飛

行羽經飛步天綱躡行七元太上隱書靈飛六甲皆太上太帝君太極太微天帝君登空之道隱化之章秘在太上瓊宮之上紫房之內侍衛玉童玉女皆三千人依科七千年一傳三天立正之後改七百年內聽得三傳若百年中有其人便傳便授告齋九十日或三十日給玉童玉女依四極盟科不依科而傳罪延七玄之祖長充北酆鬼役十苦八難己身被風刀之考身沒幽源萬不得仙

玄都上品第八篇曰傳七星移度青紋三十一尺絳繒七十尺鳳紋之羅九十尺金鈕一雙白羽黑翮飛行羽經上金二兩青紋三十二尺以代截髮歃血之誓飛步天綱錦三十尺金魚玉龍各一枚太上隱書金魚玉龍之誓靈飛六甲白素六十尺金鐶六雙青絲六兩天科以信質心不得有闕闕則違科師奪玉童玉女除落青簿玉名移還北酆受者不依科亡精喪神罰以風刀不出三年自然失經終不得仙

玄都上品第九篇曰方諸文震靈符容路七元八天隱文流金火鈴金神虎符消魔玄辭夜照神燭八術隱遯紫清玉符玉籍洞玄六甲上符五行秘文玄都格諸符凡有六百部太上悉以其文標於舊經之內以為立用傳授盟科悉依經科傳授有闕罪同上品有經無符則天魔害人有符無經則思念無感神真不降科云皆不得單行單行罪亦如之科經及符本同出於自然之氣虛無之章故不可得獨修也無科修道萬不成仙

雲笈七籤卷之四

宋朝奉郎守尚書屯田員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房奉敕進

經教相承部

眞系 隴西李渤述

今道門以經籙授受所自來遠矣其昭彰尤著使搢紳先生不惑者自晉興寧乙丑歲衆眞降授於楊君楊君授許君許君授子玄文玄文付經於馬朗景和乙巳歲勑取經入華林園明帝登極又李眞啓還私廨簡寂陸君南下立崇虛館眞經盡歸于館按黃素方因○緣值經准法奉修亦同師授其陸君之教楊許之胄也陸授孫君孫君授陶君陶君搜許令之遺經略盡矣陶授王君王君又從宗道先生得諸勝訣云經法秘典大備於王矣王授潘君潘君授司馬君司馬君授李君李君至于楊君十三世矣楊許並越漢登眞許令亦終獲度世馬又幸會而不業自陸君已降則帝者無不趨其風矣此皆史有明文或遺跡可訪又世世從事於斯者其支裔焉且知理而不知神非長生之士也超理入神混合於氣無爲而無不爲者我眞宗之道也道無否泰教有通塞塞而通之者存乎其人故予述眞系傳其同源分派者錄名仙籍不繆於此時貞元乙酉歲七月二十一日於廬山白鹿洞棲眞堂中述

晉茅山眞人楊君

眞人姓楊名羲晉咸和五年九月生于句容似吳人潔白美姿容善言笑攻書好學該涉經史性淵懿沈厚幼而通靈與二許早結神明之交（二許掾與穆）思玄薦於相王用爲公○府舍人以永和初受中黃制虎豹法六年又就劉璞傳靈符（璞即魏夫人長子也）君淵沈應感虛抱自得若燥濕之引水火冥默幽欸相襲無聯矣年三十六以興寧乙丑歲衆眞降授有若上相青童君太虛眞人赤君上宰西城王君太元茅眞人清靈裴眞人桐栢王眞人紫陽周眞人中茅君小茅君范中候荀中候紫元夫人南嶽夫人右英夫人紫微夫人九華安妃昭靈夫人中候夫人莫不寬在瞻冥神體潛練紛紛屬乎煙消淪蹤收於俗

躡讌辟金響於君月無曠日歲不虛矣君師魏夫人儼九華而朋于諸眞故安妃云明君受質虛閑松構王朗簡淵高流清響金宮必高佐四輔承制聖君主察陰陽之和氣爲吳越鬼神之君後二十二年將乘龍駕雲白日昇天今若不耐風火之煙可尋劍解作告終之術也眞誥第以太元十二年丙戌去世弟子許翽先師告翽父穆亦因君偶眞故許氏九人殫道慶自先數至神發如塵坐凝照揮瑩之功並歸子君矣

○　○

雷平山眞人許君

眞人許翽字道翔小名王斧父穆晉護軍長史眞位上清左卿母陶氏名科斗入易遷宮眞人幼獨標挺含眞潤嶷長史器異之郡舉上計掾主簿並不赴清秀瑩潔糠粃俗務如泉去家盈其科而自進居雷平山下師楊君傳三天正法曲素鳳文後定錄眞人授其上道告之曰學道當如穿井井愈深土愈難出若不堅心正行豈得見泉源耶眞人常願早遊洞室不欲久停人間遂詣北洞告終即居方隅山洞方源館中常去來四年方平臺故眞誥云幽人在世時心樂居焉又楊君與長史書亦云不審方隅幽人設座於易遷戶中朱眞人化後十六年當度東華受書爲上清仙公上相帝晨二錄太和二年丁卯時年二十七歲咸康七年辛丑生自太和三年己後無復顯跡世譜年三十則庚午年去世者舊傳云在此洞石壇上燒香禮拜因而不起明旦視形如生壇今猶存眞誥云從張鎮南受夜解法盡夜於壇上去耳娶建康令黃演女生男黃民乃還家

○　○

仙人臨沮令許君

臨沮令許仙人名黃民字玄文上清仙公翽之子上清左卿穆之孫以昇平五年辛酉生時掾年二十一仕郡主簿察孝廉石頭倉丞南蠻參軍臨沮令永興三年京畿紛亂令乃奉經入剡爲馬朗所翹朗從父弟宰亦相周給時人咸知許先生得道又父祖皆有名稱各加崇敬元嘉六年欲移居錢塘乃封其眞經一廚付朗靖中語此是仙靈之迹非我自

來皴有書亦勿與人及至杜道鞠家停少時
而終時年六十九眞誥言黄民及伯祖遇姑
璇娥皇伯聯與黄民子崇弟孫女瓊輝並得
度世焉朗敬經若君父婴有神光靈氣見於
室宇朗妻數見有青衣玉女空中去來其家
皆保富壽朗忿何道敬竊書泄慧乃洋銅灌
廚簫物家人不得復開朗終于洪父李眞猶
共尊尚景和元年婁惠朗諷父李眞啓取李
眞善道術爲當時所知及至奉呈於華林園
既見眞跡瓌異朱黄煥赫不敢窮覽至明帝○
○登作李眞乃啓還私廨陸簡寂南下立崇虛
館經亦歸于館何神眞巧運既關於馬又發
於父終枝於陸君父馬猶巾几負箱幂之祭
而無容入其妙焉

宋廬山簡寂陸先生

先生吳興毓族陸氏之子諱脩靜道降元氣
生而異俗其色怡怡其德熙熙明以啓著虛
以貫幽少宗儒氏墳索讖緯靡不總該以爲
先天撫化混一精氣爽眞寧爲徒者載在金
編王宇不形於此遂收跡霙中冥搜潛衡態

湘暨九嶷羅浮西至巫峽峩嵋如雲映松風
麗乎山而映乎水功成和玄感神授靈訣適
然自得通交於仙眞之間矣宋元嘉末因市
藥京邑文帝味其風而邀之先生不顧及太
初難作人心駭疑遂泝江南遊嘗匡阜之勝
縣爰構精廬瀑雪風波之思沐浴浩氣挹漱
元精宋明皇帝襲軒皇淳風欲稽古化俗虛
誠致禮至于再三先生固稱幽憂之疾曾莫
降眄天子乃退齋築館恭肅以進之不得已
而莅焉於是順風問道妙決帝心朝野識眞○
○之夫若水奔壑如風靡虎其誰能御之先生
撥霧開日汰沙引金指方以倒之中人以上
皆自强其分司徒東棨之流是也既立崇虛
館及氏所寶經訣並歸于我焉初先離山有
熊虎猿鳥之屬悲鳴擁路出谷而止及天子
不豫請事塗炭之齋是夜卿雲紛郁翌日乃
瘳先時洞眞之部眞僞混淆先生刊而正之
涇渭乃判故齋戒儀範至于今典式焉桂陽
王構逆暴白骨遍野先生具棺櫬收而瘞之
其陰德密運則無得而稱也迨元徽五年春

正月謂門人曰吾得還山可整裝衆感訝詔
旨未從而有斯説至三月二日乃偃卧解帶
脩體輝爍目瞳映朗但聞異香芬馥滿室而
已後三日廬山諸徒共見先生冠旌霄然還
止舊宇斯須不知所在相與驚而異之顧命
歸以布囊投所在巖谷門人不忍遂奉還廬
山時春秋七十二所謂錬形幽壤騰景太微
者矣有詔謚曰簡寂先生以故居為簡寂館
宗有道也凡撰記論議百有餘篇並行於代
門徒得道者孫遊嶽李果之最著稱首後孔
德璋與果之書論先生云先生道冠中都化
流東國帝王稟其規人靈宗其法而委世潛
化遊影上玄微言既絶大法將湮法師禀神
定之資居入室之品學悟之美門徒所歸宜
其整緝遺蹤提綱振紀光先師之餘化纂妙
道之遺風可以導引末俗開曉後進者矣

齊興世館主孫先生

有吴裔子孫名遊嶽字穎達東陽人也幼而
恭長而和其靜如淵其氣如春甄汰九流潛
神希微嘗步赤松磵縉雲堂遂卜終焉之地

宋太初中簡寂先生至自廬嶽雲游帝宅先
生乃摳衣而趨嗣承奧旨授三洞并所秘揚
眞人許掾手跡因茹术却粒服穀仙丸六十
七年顔彩輕潤精爽秀潔睹簡寂上賔方旋
舊室捃摭道機斷裁眞假與楮章朱四君交
密齊永明二年詔以代師并任主興世館於
是搜奇之士知襲教有宗若鳳萃于桐萬禽
爭赴矣孔德璋劉孝標等爭結塵外之好後
頻謝病歸山朝命未許至永明七年五月內
以揮神託化沐浴稱疾怡然而終門徒弟子
數百人唯陶弘景入室焉自恭事六載義貫
千祀惟貴知眞故特蒙賞識經法誥訣悉相
傳授方欲共營轉鍊已集藥石將就治合事
故不遂

梁茅山貞白陶先生

吴荆牧陶濬七代孫名弘景字通明丹陽秣
陵人也母初娠夢日精在懷并二天人降手
執金香鑪覺語左右曰當孕男子非凡人也
然恐無後及生標異幼而聰識成而博達因
讀神仙傳便有乘雲馭龍之志年十七與江

嶽精炫劉俠爲宋昇明四友仕齊歷數王侍讀皆總記室牋疏精麗爲時所重師法及清溪宮成棲頌宣旨褒賛兼欲刻石王僉議之乃止年二十餘服道復就興世館孫先生諮稟經法精行道要通幽洞微轉奉朝請乃拜表解職荅詔優勤賜與甚厚公卿祖之征虜亭供帳之盛咸云自齊以來未有斯事遂入茅山又得楊許眞書遂登巖告靜自稱華陽隱居書疏亦如此代名特愛松風庭院皆植之每聞其響便欣然爲樂至明帝時欲迎往○蔣山懇辭得止然勅令餉賚常爲煩劇乃造○三層樓樓止身居其上弟子居中接賓於其下令一小豎傳授而已潛光隱耀內修祕密深誠所詣遂感霞人可謂感而遂通身長七尺八寸爲性圓通謙謹心如明鏡遇物斯應少愛戚無疾競誠善恐澹哀樂有形於言跡者是顯事應物深慕張良之爲人率任輕虛飄飄然有雲霞氣其所修爲皆自得於心非傍識能及尤長於詮正偽謬地理曆算文不空發成即爲體用造渾天儀轉之與天相會

其集眞誥隱訣注老君等書二百餘卷至永元二年深訖向晦及梁武帝革命議國號未定先生乃引諸讖記梁是應運之符又擇郊禪日靈驗昭著勅使入山宣旨酬謝帝既早與之遊自比之後動靜必報先生既得秘訣以爲神丹可成每苦無藥帝皆給之又手勅諮遅先生畫兩牛一牛散放水草之間一牛著金籠頭有人執繩以杖驅之帝笑曰此人無所求欲効曳尾龜豈有可致之理或時有大事無不前已奉陳時人謂爲山中宰相○以○大通初獻刀二口一名善勝二名成勝爲佳寶梁帝金樓子云於隱士重陶貞白於士大夫重周弘正其於義理情轉無窮眞一時名士也先生常作詩云夷甫任散誕平叔坐談空不意昭陽殿化作單于宮其時人士競談玄理不習武事侯景之難盡如所言大同二年告化時年八十五顏色不變屈伸如常屋中香氣積日不散詔贈中散大夫謚貞白先生仍遣舍人監護喪焉柩得道傳云 捷達萊仙監弟子數十人唯王遠知陸逸沖稱上足

焉

唐茅山昇真王先生

瑯琊王遠知陳揚州刺史曇首之子外祖丁超梁駕部郎中其母因夢靈鳳有娠又聞腹中啼寶誌曰生子當為神仙宗伯也年七歲日覽萬言博總群書心冥至道年十五入華陽事貞白先生授三洞法又從宗道先生臧矜傳諸秘訣陳主召入重陽殿特加禮敬賞賚資遣還茅山先生乃於洞西北嶺上結靖室以居研味玄秘大建末靖室中忽有一神人醉卧嘔吐先生然香禮候神人曰卿是得道之人張法本亦甚有心吾欲並將遊天台山石橋度闕可過得彼多叙仙人又常降甘露以器盛之服一升可壽得五百歲卿能去否先生便隨出上東嶺就法本至山半忽思未別二三弟子付囑經書背行三十步迴望神人化為鶴飛去隋晉王廣鎮揚州王子相柳顧言相續來請先生既至斯須而鬚髮變白王懼而歸之少選復舊王踐祚勅崔鳳舉諮迓帝親執弟子禮勅城都起玉清玄壇以處之仍令代王越師焉高祖龍潛時先生嘗密告符命秦王與房玄齡微服詣先生迎謂曰此中有聖人秦王因以實告先生曰方作太平天子願自愛也秦王詣先生受三洞法及登極將加重位固請歸山至貞觀九年勅潤州於茅山置太平觀并度七人降璽書曰朕昔在藩朝早獲問道眷言風範無忘寤寐近覽來表請歸舊山已有別勅不違高志所令置觀用表宿心先生浩氣虛懷語默一致凝然如鏡應物無私時有實德玄先經揚州過司命使者言其有重祿以九九數當終命德玄求哀於使者云真人王法主是少室仙伯檢錄人鬼之任聞奏天曹無不即應德玄遂懇祈於先生先生不得已因與請命使者報曰更延十三年至高宗朝德玄為左相捐館舍之日言皆如之故舉世呼先生為法主又知已授仙職復謂潘師正曰吾昨見仙格以小時誤損一童子吻不得白日昇天署少室仙伯將行在近翌日沐浴加冠衣焚香而寐告化時年一百二十六歲潘師正徐道

邈同得祕訣為入室弟子陳羽王軌次之其餘各棲洞府終身無替高宗調露二年贈太中大夫謚曰昇玄先生乃勑置太平觀度滿四十九人天后嗣聖初又贈金紫光祿大夫改謚昇真先生明皇天寶中勑李含光於太平觀造影堂寫真像用旌仙跡焉

中嶽體玄潘先生

中嶽道士前有天師次稱潘先生先生名師正趙州贊皇人少喪母廬於墓側以至孝聞先生真氣內融輝光外發如隋珠荆玉不假○

○於飾而人自寶之隋大業中入道王仙伯盡以隱訣及得符籙相授棲於太室逍遙谷積二十年但餌松葉飲水而已高宗皇帝每降鑾輦親詣精廬先生身不下堂接手而已及問所須荅言松樹清泉山中不乏帝與武后共尊敬之留連信宿而返尋勑於所居造崇唐觀嶺上別起精思院以處之勑置奉天宮令於逍遙谷口特開一門號曰仙遊門復於苑北面置尋真門太常奏仙樂又以祈仙望仙翹仙為曲皆謂先生名焉前後賜詩五百首先生每歎曰大丈夫業道不能滅影雲林以煩世主吾之過也遂欲東求蓬萊猻舟入海屬帝敦篤斯道祈數愈加馳驛山陽輟策未往以永淳元年告化時年八十九帝追望不止贈太中大夫謚曰體玄先生先生神標仙骨雅似隱居夫階真躡冥練景遊化者其有類乎弟子十八人並皆殊秀然鸞姿鳳態眇映雲松者有韋法昭司馬子微郭崇真皆稟訓瑤庭密受瓊室專玉清之業遺下仙之

○傳矣時陳子昂又作頌云云 ○

王屋山貞一司馬先生

後周瑯琊公司馬裔玄孫名承禎字子微河內人也少事體玄先生傳其符籙及辟穀導引服餌之術體玄特相賞異謂曰我自簡寂傳授正法至汝六葉矣先生是後因浪遊遠詣於天台山武太后聞其名召至都降手詔讚美及將還勑李嶠餞於洛橋之東景雲二年睿宗令其兄子承禕就山迎至京入宮中問以陰陽數術先生對曰經云為道日損損之又損之以至於無為且目所見者損之尚

未能已豈復攻乎異端而增其智慮哉帝曰治身無爲則淸高矣治國無爲如何對曰國猶身也老君曰遊心於澹合氣於漠順物自然而無私焉而天下理易曰大人與天地合其德是知不言而信不爲而成無爲之旨理國之道也帝歎曰廣成之言何以加此因固辭還山乃賜寶琴一張及霞文帔中朝詞人贈詩者百餘首開元九年明皇又遣使迎至京帝親受法籙前後賞賜甚厚十年駕入都先生又請歸 山帝賦詩於王屋山自選形勝○置壇宇以居之先生因上言今五嶽之神祠皆是山林之神非正眞之神也五嶽皆有洞府各有上淸眞人降任其職請別立齋祠帝從其言因置眞君祠其形像制度皆請先生推按道經創爲之焉先生頗善篆隸寫三體道德經刋正文字著五千三百八言爲眞本又撰修眞祕旨竊之者得其門矣勅於先生所居置陽臺觀帝自書額幷相續賜賚甚厚至二十三年告化時八十九制贈銀青光祿大夫謚曰貞一先生又御製碑文先生門徒

甚衆唯李含光焦靜眞得其道焉靜眞雖禀女質靈識自然因精思聞有人導至方丈山遇二仙女謂曰子欲爲眞官可謁東華青童道君受三皇法請名氏則貞一也乃歸而詣先生亦欣然授之

茅山玄靜李先生

弘孝威者晉陵人家本純儒州里號貞隱先生避敬宗皇帝諱改爲李氏其字曰含光年十三辭家奉道端視淸霄邈向蕭類蕭室之中如對君親時人見之情色皆斂幼攻篆隸○或有稱過其父者一聞此義終身不書後事○貞一先生雲篆寶書傾囊相付既而目之曰眞王淸之客也抱虛無而行功者於道不窮託幽阜而滅跡者於德亦淺承之自遠宜且救人是引後學升堂禀玄訓也先生元氣不撤瑤圖虛映達靈久矣晦輝爲常動非用開靜非默閑當吹萬之會若得一之初應跡可名常道不可名也孕育至化虛融物心心一變至於學學一變至於道同微氣自不得之不見所以摳衣而進者仰範元和若秋芳之

依曆數夏潦之會通川也先生忘情於身而
應於人禎祥屢應視同衆象士庶諮詢色受
其意常令韋壇閑院焚火擇新精微誠敬率
皆類此開元末明皇禮請先生而問理化對
曰道德君王師也昔漢文行其言仁壽天下
次問金鼎對曰道德公也輕舉公中私也時
見其私聖人存教若求生徇欲乃似紫風耳
帝加玄靜之號以尊之無何固以疾辭求還
句曲山勅於其所居造紫陽觀以居之而自後
天書繼至賚奉相續及公卿祈請往來無虛
月卒使玄門之中轉見眞操持蕊儉之實歸
羲皇之風至矣哉先生之教也所撰仙學傳
及論三玄異同又著眞經并本草音義皆備
載闕遺窮賾精義矣以大曆四年冬十一月
顧謂入室弟子韋景昭孟湛然曰吾將順化
神氣怡然若坐亡長往時年八十七雲豎雲降
室芝草叢生執簡如常和色不去據其經斯
乃稟化自然仙階深妙者也景昭授白羊洞虛
洞虛授李方來皆嗣德不墜時挪識又須先
生云古有强名无精希夷黃帝遺之先生得
之縱心而往與一相隨眞性所容太元同規
日行仙路不語到時人言萬齡我見帝姿明
皇仰止徵就京師紫極徒貴白雲不知遐方
後學來往怡怡空有多門眞精自持蔽化而
去人焉能窺玄科祕訣本有冥期

雲笈七籤卷之五

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理[illegible]

三洞經教部

三洞并序

道門大論云三洞者洞言通也通玄達妙其統有三故云三洞第一洞眞第二洞玄第三洞神乃三景之玄旨八會之靈章鳳篆龍書金編玉字修服者因茲入悟研習者得以逮源故玉經隱注云三洞經符道之綱紀本際經云若有經文具十二部應三洞者是名正法洞眞以不雜爲義洞玄以不滯爲名洞神以不測爲用故洞言通也三洞上下玄義相通洞眞者靈秘不雜故得名眞洞玄者生天立地功用不滯故得名玄洞神者召制鬼神其功不測故得名神此三法皆能通凡入聖同契大乘故得名洞也然三洞所起皆有本跡洞眞之教以教主天寶君爲跡以混洞太無元高上玉皇之氣爲本洞玄之教以教主靈寶君爲跡以赤混太無元无上玉虛之氣爲本洞神之教以教主神寶君爲跡以冥寂玄

通元無上玉虛之氣爲本也又云天地是玄義虛是精義神是無累之義此既三洞垂法從仙達聖品級轉遷之理也謂修學之人始入仙階登無累境故初教名洞神神寶其次智漸精勝既進中境故中教名洞玄靈寶既登上境智用無滯故上教名洞眞天寶也通名寶君者寶是可尊君是群義明爲群生之所尊仰也又洞眞法天寶君住玉清境洞玄法靈寶君住上清境洞神法神寶君住太清境此爲三清妙境乃三洞之根源三寶之所立也今明玉以無雜就體而名玉清也上以上登逐用而名上清也泰以通泰體事故爲太清也又修道之人初登仙域智用通泰漸昇上境終契眞淳故以三境三名示其階位之始也通名三清者言三清淨土無諸染穢其中宮主萬緒千端結氣凝雲因機化現不可窮也又三洞之元本同道氣道氣惟一應用分三皆以誘俗修仙從凡證道皆漸差別故有三名其經題目洞神即云洞神三皇洞玄即云洞玄靈寶洞眞即雜題諸名或言以

教垂文或以色聲著體並是難思知用隨方
立名耳
原夫經教所出按業報經應化經並云天尊
曰吾以道氣化育群方從劫到劫因時立化
吾以龍漢元年號無形天尊亦名天寶君化
在玉清境說洞眞經十二部以教天中九聖
大乘之道也玉緯云洞眞是天寶君所出又
云以元始高上玉帝出上清洞眞之經三百
卷玉訣九千篇符圖七千章秘在九天之上
大有之宮後傳玉文付上相青童君封於玉
華宮元景元年又封一通於西城山中又太
帝君命榑桑太帝暘谷神王出獨立之訣三
十卷上經三百卷行之於世又襄城小童授
軒轅黄帝七元六紀飛步天綱之經漢元封
元年西王母上元夫人同授漢武帝靈飛六
甲上清十二事又太元眞人茅盈受西城王
君所傳玉佩金璫經緯之經又玄洲上卿蘇
林眞人受涓子所傳三一之法又眞人王褒
漢平帝時西城王君所傳上清寶經三十一
卷晉成帝時於汲郡傳南嶽魏夫人夫人之

子傳茅山楊羲羲傳許邁邁復師南海太守
鮑靚受上清諸經邁弟謐謐子玉斧皆受三
天正法曲素鳳文
天尊曰吾以延康元年號無始天尊亦名靈
寶君化在上清境說洞玄經十二部以教天
中九眞中乘之道也玉緯云洞玄是靈寶君
所出高上大聖所傳授元始天王告西王母
曰太素紫微宮中金格玉書靈寶文眞文篇
目十二部妙經合三十六帙又四極盟科云
洞玄經萬劫一出今封一通於勞盛山昔黄
帝於峩嵋山詣天眞皇人請靈寶五芽之經
於青城山詣甯封眞君受靈寶龍蹻之經又
九天眞王降於牧德之臺授帝嚳靈寶天文
帝行之得道遂封秘之於鍾山又夏禹於陽
明洞天感太上命繡衣使者降授靈寶五符
以理水徹召萬神後傳道爲太極紫庭眞人
演出大小劫經中山神呪八威召龍等經今
行於世矣時太極眞人徐來勒與三眞人以
己卯年正月降天台山傳靈寶經以授葛玄
玄傳鄭思遠思遠以靈寶及三洞諸經付玄

徒弟少傅翼翼付子鄭軍悌悌付子洪洪即
抱朴子也又於馬跡山詣思遠告盟奉受洪
又於晉建元二年三月三日於羅浮山付弟
子安海君望世等後從孫巢甫晉隆安元年
傳道士任延慶徐靈期遂行於世今所傳者

即黃帝帝嚳禹葛玄所受者十二部文未全
降世
天尊曰吾以赤明之年號梵形天尊亦名神
寶君化在太清境說洞神經十二部以救天
中九仙小乘之道也玉緯云洞神經是神寶
○君所出西靈真人所傳此文在小有之天玉○
府之中序曰小有三皇文本出大有皆上
古三皇所授之書亦諸仙人所授以藏名山
昔黃帝東到青丘過風山見紫府真人受三
皇內文又黃盧子西嶽公皆受禁虎豹之術
真人介象受乘虎之符八威使者受策虎豹
文又鮑靚於晉惠帝永康年中於嵩山劉君
石室清齋思道忽有刻石三皇天文出於石
壁靚以絹四百尺告玄而受後授葛洪又盟
公授費長房亦有洞神之文石室所得與今

三皇文小異陸修靜先生得之傳孫游嶽游
嶽傳陶隱居其天中十二部經未盡出世今
傳者是黃帝黃盧子西嶽公鮑靚抱朴子所
授者也三洞既降遂有大小中乘初中後法
三種分別以教於世夫三洞者蓋是一乘之
妙旨三景之玄言了達則上聖可登曉悟則
高真斯陟龍章鳳篆顯至理之良詮玉簡金
書引還元之要術故玉經隱注云三洞經符
道之綱紀太虛之玄宗上真之首經矣豈中
仙之所聞哉正一經又云三洞妙法兼而該○
之一乘道也

三洞品格

八素真經云太上之道有三上真之道有七
中真之道有六下真之道有八今出如左

玉精隱書

神虎大符

金虎真符

右是太上之道行此真道得為太上之真
位為上真玉皇君也

太上鬱儀奔日文

太上結璘奔月章
太上八素奔晨隱書
太微帝君飛行天綱上經
高上大洞眞經三十九章
金闕靈書紫文上經
黃老八道九眞中經
右上眞之道總而行之其道則爲上清上元眞人
太丹隱書朝眞上經玉帝神符
三天正法鳳眞之文九眞昇玄文
○三元布經四眞之章太上金策
方諸洞房玉字上經六甲靈飛符
靈寶秘符三皇內文天文大字
青要紫書曲素訣詞三五順行經
右中眞之道總而行之則爲上清中道眞人
上清九化十變三九素語
丹景道精隱地八術
天關三圖玄皇玉書
神州七變七轉洞經
紫度中方石精玉馬水母經
絳綠黃道玉目龍書衆文
素奏中章五行秘符
五帝玉女上元五書
右下眞之道總而行之則爲上清下元眞人也
元始天王告西王母曰太上紫微宮中金格玉書靈寶眞文篇目有十部妙經合三十六卷是靈寶君所出高上大聖所撰具如靈寶疏釋有二十一卷已現於世十五卷未出○孟法師云高玄大法師夏禹師仙公所撰十卷及修行要用五卷足爲三十六合爲六卷即今世所行其後分有內教十卷即是昇玄之文亦世所行也按太玄都四極盟科曰洞玄經萬劫一出今封一通於太山一通於勞盛山元始天王告西王母云太上紫微金格玉書靈寶眞文十部妙經太上所秘不盡傳世王母所得詎已極源五嶽所藏亦多不備龜山西室王屋南洞天經備足昔黃帝登峨嵋山詣天眞皇人請受此法駕龍昇玄帝嚳之

時九天眞王駕九龍之輿降牧德之臺授帝
嚳此法帝後封之於鍾山夏禹所感之書出
見有異今略序者按眞一自然經云太極眞
人夏禹通聖達眞太上命鈔出靈寶自然經
分別有大小劫品經㜸山神呪八威召龍神
經云小劫至時必貺大禾禹又云徐來勒等
三眞以己卯年正月一日日中時於會稽上
虞山傳仙公葛玄玄字孝先後於天台山傳
鄭思遠竺法蘭釋道微道微傳吳主孫權等
仙公昇化令以所得三洞眞經一通傳弟子。
。一通藏名山一通付家門子孫與從弟少傳
吳吳子護軍悌悌子洪洪又於馬跡山詣思
遠盟而授之洪號曰抱朴子抱朴以建元六
年三月三日於羅浮山隆安之末傳道士任
延慶徐靈期之徒相傳于世于今不絕玉緯
云昔元始天王以開皇元年七月七日丙午
中時三天玉童傳皇上先生教曰若白簡靑
籙之人自然得乎此法又虛無先生傳於唐
堯後聖帝君命小有天王撰集當行靑童君
云自唐堯之後得上文者乃七千人此飛龍

玄昇或淪化潛引不可具記得道者皆藏文
五嶽經內明三劫化主及開皇劫以此妙經
生天立地大聖應於始靑之中號元始天尊
或太上道君人天化主此如三寶科釋今不
具辯王經隱注云三皇天文或云洞神或云
洞仙或云太上玉策洞仙者明此教法能通
行者登太淸仙故曰洞仙也玉策者是策進
之名亦是扶持之目謂策勤行者扶持使仙
也三皇文者洞神第十四云第一天皇文內
字字者志也明天使人仰覩上文心識覺悟。
。內志習勤外不炫燿第二地皇內記書文文
者明也內學志明記正無惑舒以廣濟緣明
至極也第三人皇文文者明也人能俯察地
理法地則天定內安外普度無窮同歸玄門
由學所得此並經釋也又稱三皇經者謂三
皇各受隔世稟行又八帝之經亦是隨方爲
化猶如靈寶一文五帝分寶即爲五帝文鮑
南海序目云上古初以授於三皇名之三皇
文也洞神第六又云仙人曰皇文乃是三皇
已前鳥跡之始大章者也第三又云皇文帝

書皆出自然虛無空中結氣成字又云本源無異矣至于三皇各受一部分爲三元三才之道也第十三卷云三元八會自然成文方丈懸空字字各現第十四云得失由人此文不滅聖眞實之鎮太極宮中也

序目云小有三皇文本出大有皆上古三皇所受之書也天皇一卷地皇一卷人皇一卷凡三卷皆上古三皇時所授之書也作字似符文又似篆文又似古書各有字數神寶君所出西靈眞人所撰此文在小有之天玉府之○中諸仙人授之以藏諸名山石室皆不具○足唯蜀郡峩嵋山具有此文昔仙人鉏璵以皇文二卷見義起不能解後還之王公以帛公精勤所得傳之賢達宣行至今大字序識十四篇是天文次第之訣小有經下記所載十一卷推部本經分別儀式合一十四卷今孟先生所錄者是其山中所傳猶十一卷此二本並行於世抱朴子云昔黃帝東到青丘過風山見紫府先生受三皇內文晉時鮑靚學道於嵩高以惠帝永康二年於劉君石室清齋忽有三皇文刊石成字乃依經以四百尺絹告玄而受後亦授葛洪按三皇經序云鮑君所得石室之文與世不同洪或兼受也陸先生時所得初傳弟子孫游嶽有四卷而已孫後傳陶先生先生分析支流稍至十一卷耳即山中所傳者是命召呪文云三皇治世各受一卷以理天下有急皆召天地鬼神勑使之號曰三墳後有八帝次三皇而治人各授一卷凡八卷號曰八索八帝之治邪鬼○逆寃黃帝述以斷邪惡○

七部 并序

夫七部者蓋乃總道化之教方統玄門之正典包羅群藝綜括衆支六綜之辯莫階五時之說非擬觀斯法海靡不成眞涉此慈波咸皆捨僞者也

七部者今因正一經次一者洞神部二者洞玄部三者洞眞部四者太清部五者太平部六者太玄部七者正一部前之三部已如三洞義釋今釋後四言太清者孟法師云大道氣之所結清虛體大故曰太清以境目經也

今謂此經是從所輔之境得名何者此經既輔洞神洞境是太清故也亦未必示者此經既明金丹之術服御之者遠昇太清故言太清也太平者太言極太平謂和平明六合太通爲一正平之氣斯行故太平經云今平氣行矣平亦是安又云欲復古太平之法先安中氣也又云三五氣和日月常光明乃爲太平爾雅云明成也此亦可訓明言明君治世成濟品物爲太平也或有解云三階正爲太平或有解云景星現曰太平此並一事爲釋

○耳今明此經現世能使六合同風萬邦共軌○君明物度可謂太平也太玄者孟法師云是太玄都也今爲老君既隱太平之鄉亦未詳此是何所必非構跡還本遣之又遣玄之又玄寄名太玄耶此經名太玄者當是崇玄之致以玄爲太故曰太玄也若言起自玄都不無此義但七部皆爾非獨此文也正一者盟威經云正以治邪一以統萬又言法文者法以合離文以分理此言衆生離本所以言離故下文云反離還本合眞捨僞由法乃成言統萬者總攝一切令得還眞故下文云一切學士覺悟少欲欲少近乎道宗宗道在乎戒也治邪文云衆生根癡去道賒遠大道慈悲立法訓治趣令心開兩半成一一成無敗與常道合眞故曰正一法文也通言部者以部別爲義三部通名太正一獨稱正者以三部輔於三洞大法故言太正一既遍陳三乘簡異邪道故稱爲正也

四輔

第一太清者太一爲宗

○老君演說建體經云微妙之旨出於太清天○老秘識經云生道實妙人不釋識釋識不倦昇太清也九君申明道要云太清中經元始出來出於老君傳付元君九皇眞人祖習不絕皆開此君也正一經云太清金液天文地理之經四十六卷此經所明多是金丹之要又著緯候之儀今不詳辯按黑録所明即漢安元年太上以此經四十六卷付於天師因此至今也

第二太平者三一爲宗

老君所說甲部第一云學士習用其書爲得
其根根之本宗三一爲主王緯云太平者六
合共行正道之號也今宛利世界九州八十
一域攞除六天上開神人詳說古道家國安
寧長君慶樂丁部第四云欲知吾道大効付
賢明道德之君使其按用之立與天地乃響
應是其大明効證驗也甲部第一又云誦吾
書災害不起此古賢聖所以候得失之文也
又云書有三等一曰神道書二曰覈事文三
曰浮華記神道書者精一不離實守本根與
陰陽合與神同門覈事文者覈事與同疑誤。
不失浮華記者離本已遠錯亂不可常用時
時可記故名浮華記也又云澄清大亂功高
德正故號太平若此法流行即是太平之時
故此經云應感而現事已即藏又云聖主爲
治謹用玆文凡君在位輕忽斯典然其卷數
或有不同今甲乙十部合一百七十卷今世
所行按正一經云有太平洞極之經一百四
十四卷今此經流亡殆將欲盡此之二經並
是盛明治道及證果修因禁忌衆術等也若

是一百四十卷洞極經者按正一經此漢安
元年太上親授天師流傳茲目若是甲乙十
部者按百八十戒云是周赧王時老君於蜀
郡臨邛縣授於瑯琊于吉爾來又隱近人相
傳云海嵎山石函内有此經自宋梁以來求
者不得或往取之每值風雨暝暗雷電激揚
至陳祚開基又屢取不得每至山所風雨如
故至宣帝立帝好道術乃命太平周法師諱
智響往取此經法師挺素清高良難可序受
請至山清齋七日將就取經未展之頃朝雲。
暗野朧霧昏山師拜禮進趨天光開朗乃命
從人數十齊心運力前跪取函函遂不得開
法師斂氣開之乃見此經請還臺邑帝乃具
禮迎接安於至真觀供養經故大光明傾國
人民並皆瞻仰帝命法師於至真觀開敎講
說利安天下時稱太平自此以來其文盛矣
帝因法師得此經故號法師爲太平法師即
臧靖法師之禀業也
第三太玄者重玄爲宗
老君所說故經云玄玄至道宗然其卷數亦

有不同正一經云太玄道經二百七十卷今
王緯所撰止有一百三十五卷又非盡是本
經餘者不見當時運會未行然此經所明大
略以玄爲致故太玄經云無無曰道義極玄
玄樂眞人云道德五千文玄境之經也舊云
道德經有三卷王緯云其中經珍秘部入太
清亦未詳此解按西昇序云列以二篇乃河
濱授於漢文又云素書二卷尹喜所受凡得
五卷既說有三時玄靖法師開爲三部宗致
道德二卷是先說以道德爲體其致則總以
○其文内無的對揚之旨故也西昇次說以無○
欲爲體故云當持上慧源妙眞一後說既盛
明眞一故以眞一爲體其源流者所授尹生
五卷由漸甚多今不更說通諸一部者按正
一經云太上親授天師太玄經有二百七十
卷推撿是漢安元年七月得是經爾來傳世
乃至今日但其零落闕遺亦是運還天府耳
第四正一者眞一爲宗
太上所說正一經天師自云我受於太上老
君教以正一新出道法謂之新者物厭故舊

盛新新出名異實同學正除邪仍用舊文承
先經教無所改造亦教人學仙皆用上古之
法王長慮後改易法師故撰傳錄文名爲正
一新出儀故天師云後世男女必改吾法貪
財愛色不施散一切汝曹墮地獄爲家宜
各愼之正一經云正一法文一百卷今盂法
師錄亦一百卷凡爲十帙未知並是此經不
耳斯經所明總述三乘之用故此經云正一
遍陳三乘王長所撰新出之儀四十卷但未
有次第長既隨師昇玄于時多承口訣紙錄
○爲卷名未詮次第也其源流者王緯云昔元○
始天王以開皇元年七月七日丙午中時使
玉童傳皇上先生白簡青籙之文自然得乎
此法虛無先生傳於唐堯又後聖帝君命小
有天王撰集宣行青童云自爾之後得此文
者乃七千人皆飛龍玄昇或論化潛引不可
具記得道者藏文五嶽精思積感先得此文
此文極妙得之隨緣文來或出河洛或飛經
方依因結眾也漢末有天師張道陵精思西
山太上親降漢安元年五月一日授以三天

正法命為天師又授正一科術要道法文其年七月七日又授正一盟威妙經三業六通之訣重為三天法師正一眞人按正一經治化品目錄云正目經九百三十卷符圖七十卷合千卷付天師正一百卷即在其内後會教重自當具顯道本尊卑經云眞經要妙其文無雙三十六萬四千正言無數不離正一演氣布化五千為宗眞精要妙三洞為最也然此法雖復久遠論其所盛起自漢朝天師既昇天後以此法降與子孫弟子嗣師系師○

○及諸天人一切内外至信者修行傳習憑有傳道之人今不具載此文因此行矣謹按正一經圖科戒品云太清經輔洞神部金丹以下仙業太平經輔洞玄部甲乙十部以下眞業太玄輔洞眞部五千文以下聖業正一法文宗道德崇三洞遍陳三乘太平經云輔者父也今言三太輔三洞者取其事用相資成生觀解若父之能生也衆生鈍劣聞深教不解更須開說翼成方能顯悟即是扶贊之義也

十二部

夫十二部經者蓋是通三乘之妙詮貫七部之鴻規尋之者知眞窮之者悟理實出生死之津梁入大道之途徑故正一經云三乘所修各十二部

夫十二部道義通於三乘今就中乘為釋餘例可知十二者第一本文第二神符第三玉訣第四靈圖第五譜錄第六戒律第七威儀第八方法第九衆術第十記傳第十一讚頌第十二表奏言本文者即三元八會之書長○

○行元起之說其例是也紫微夫人云三元八會之書太極高眞所有本者始也根也是經教之始文字之根又為得理之元萬法之本文者分也理也既能分辨二儀又能分別法相既能理於萬事又能表詮至理如木有文亦名為理也不名眞文者十二義通三乘眞文教主中洞非通義也神符者即龍章鳳篆之文靈跡符書之字是也神則不測為義符以符契為名謂此靈跡神用無方利益衆生信若符契玉訣者如河上釋柱下之文玉訣

解金書之例是也玉名無染訣語不疑謂決定了知更無疑染靈圖者如含景五帝之像圖局三一之形其例是也靈妙也圖度也謂度寫妙形傳流下世譜錄者如生神所述三君立本所陳五帝其例是也譜緒也錄記也緒記聖人以爲教法亦是緒其元起使物錄持也戒律者如六情十惡之例是也戒者解也界也止也能解衆惡之縛能分善惡之界防止諸惡也律者率也直也慄也率討罪愆直而不枉使懼慄也威儀者如齋法典戒請經軌儀之例是也威是儼嶷可畏儀是軌式所宜亦是曲從物宜爲威法也方法者如存三守一制魄拘魂之例是也方者方所法者節度修行治身有方所節度也衆術者如變丹鍊石化形隱景之例是也衆多也術道也爲趣至極之初道也記傳者如道君本業皇人往行之例是也記誌也傳傳也謂記至本業傳示學人讚頌者如五眞新頌九天舊章之例是也讚以表事頌以歌德故詩云頌者美盛德之形容亦曰偈偈憩也以四字五字爲憩息也表奏者如六齋啓願三會謁請之例是也表明也奏湊也謂表心事上共湊大道通言部者以部類爲義亦以部別爲名謂別其義類以相從也無方釋義十二互通從通制別意如前釋然十二部内唯本文有通相別相以十二部皆是文字爲得理之本通名爲本文本文猶是經之異名十二部既通名爲經是通相本文也於通相文内則出一部是五篇眞文有生天立地之能是一切法本爲別相本文也不可言十二部皆是玉訣別出一部是別相玉訣也餘部例然又有長行爲偈本稱本文者餘二乘經望此可知本文是生法之本數自居前既生之後即須扶養故次辯神符八會雲篆三元玉字若不譜錄豈能致益故須玉訣釋其理事也衆生瘖鈍直聞聲教不能悟解故立圖像助以表明聖功既顯若不祖宗物情容言假僞故須其譜錄也此之五條生物義定將欲輔成必須鑒戒惡法文弊宜前防止故有戒律既捨俗入道出家遊於師寶須善容儀故次明威儀

也又前乃防惡宿罪未除故須修齋軌儀悔已生惡也儀容既善宿根已淨須進學方術理期登真要假道術之妙顯乎記傳論聖智學以次相從也亦是學功既著名傳竹帛故次記傳始自生物終乎行成皆可嘉稱故次有讚頌又前言諸教多是長行散説今論讚頌即是句偈結辭既切功滿德成故須表申靈府如齋苑言功之例故終乎表奏也又前十一部明出世之行後之表奏祛世間之災○如三元塗炭子午請命之流皆關表也○

三十六部

三乘之中乘各有十二部故合成三十六部也論其相攝者一往大乘具有三十六部中乘具有二十四部小乘唯十二部何者以大得兼小故也又大乘得學小爲通行也小不得兼學大故止十二中乘可知此遠論界內化門意也尋論三洞即是會前三乘入此一乘故三洞大乘唯一耳而又約三洞開三乘者此欲示一乘之内無所不包又云有二經不同一者太玄部老君自然齋儀云經有三條一曰天經天真所修二曰地經洞天所習三曰人經世間所行三景之法相通而成一曰三乘三乘之用各有十二部交會相通總曰三十六部十二條一曰無爲二曰有爲三曰無爲而有爲四曰有爲而無爲五曰續愛六曰斷愛七曰不斷不續八曰分段九曰無斷十曰知微十一曰知彰十二曰適用當境而曰十二部隱顯兼施則有七十二部今謂此文所出前之三經自可是教後之十二意在行也二者正一所明十二者一者心跡俱無○二者心無爲跡有爲三者心有爲跡無○爲四者捨家處人間五者携家入川澤六者出世與人隔絕七者與世和光同塵八者斷欲斯斷九者不斷而斷十者遊空中十一者在地下十二者住天上三乘皆有十二故成三十六部也釋此文意已在位業義科但此兩經名味不同者亦當教義自是一途之説耳太玄所出多據於心正一所明通論心跡但太玄十二中第八一事言分段考事涉跡又不顯十二部經科

○
雲笈七籤卷之六
○

雲笈七籤卷之七

[illegible]

三洞經教部

本文

說三元八會六書之法

道門大論曰一者陰陽初分有三元五德八會之氣以成飛天之書後撰爲八龍雲篆明光之章陸先生解三才謂之三元三元既立五行咸具以五行爲五位三五和合謂之八會爲衆書之文又有八龍雲篆明光之章自○然飛玄之氣結空成文字方一丈肇於諸天之內生立一切也按眞誥紫微夫人說三元八會之書建文章之祖八龍雲篆是根宗所起有書之始也又云八會是三才五行形在既判之後亦書云靈寶赤書五篇眞文出於元始之先即此而論三元應非三才五德應非五行也比正應是三寶丈人之三氣三氣自有五德耳故九天生神章云天地萬化自非三元所育九氣所導莫能生也又曰三氣爲天地之尊九氣爲萬物之根故知此三元

在天地未開三才未生之前也宋法師解八
會秖是三氣五德三元者一曰混洞太無元
高上玉皇之氣二曰赤混太無元無上玉虛
之氣三曰冥寂玄通元無上玉虛之氣五德
者即三元所有三五會即陰陽和陰有少陰
太陰陽有少陽太陽就和中之和為五德也
篆者撰也撰集雲書謂之雲篆此即三元八
會之文八龍雲篆之章皆是天書三元八會
之例是也雲篆明光則五符五勝之例是也
○八會本文凡一千一百九字其篇具文合六
百六十八字是三才之元根生立天地開化○
人神萬物之由故云有天道地道神道人道
此之謂也玉訣云修用此法五篇皆分字數
各有四條
一者主召九天上帝校神仙圖籙求仙致真
之法二者主召天宿星宮正天分度保國寧
民之道三者攝制酆都六天之氣四者敕命
水帝制召龍鳥也其諸天內音一天有八字
三十二天合二百五十六字論諸天度數期
會大聖真仙名諱位號所治宮府臺城處所

神仙變化昇降品次衆魔種類八鬼生死轉
輪因緣其十三字是五方元精名號服御求
仙鍊神化形白日騰空之法餘一百二十二
字闕元音解
二者演八會為龍鳳之文謂之龍書此下皆
玄聖所述以寫天文也
三者軒轅之時倉頡傍龍鳳之勢採鳥跡為
古文以代結繩即古體也
四者周時史籀變古文為大篆
○五者秦時程邈變大篆為小篆
六者秦後盱陽變小篆為隸書又云漢謂隸○
書曰佐書或言程邈獄中所造出於徒隸故
以隸為名此即為六書也

雲篆

又有雲篆明光之章為順形梵書文別為六
十四種播于三十六天今經書相傳皆以隸
字解天書相雜而行也

八體六書六文

一曰大篆二曰小篆三曰刻符四曰蟲書五
曰摹印六曰署書七曰殳書八曰隸書王莽

時使司徒甄豐校定文字復有六書一曰古文孔子壁中書二曰奇字古文異書三曰篆書四曰佐書即隷書五曰繆篆所以摹印六曰鳥篆翻言也倉頡始書已應有筆詩云彤管則是筆也而言蒙恬造筆者蓋恬爲秦將三世有名制削筆精能獨擅名也漢和帝時蔡倫始造紙爾前唯書簡牒牒者詮牒語事也簡者在簡而不繫也但知本是天書金簡餘地書已下八體六文皆從眞出外學者自更詳之又未知何時書於此經在紙作卷今○

○謂劫初已自有筆太眞所書何言無也及以八體六文等耶以天尊造化具一切法也後人承用自有前後耳六文一曰象形日月是也二曰指事上下是也三曰形聲河海是也四曰會意武信是也五曰轉注考老是也六曰假借令長是也

符字

一切萬物莫不以精氣爲用故二儀三景皆以精氣行乎其中萬物既有亦以精氣行乎其中也是則五行六物莫不有精氣者也以道之精氣布之簡墨會物之精氣以却邪僞輔助正眞召會群靈制御生死保持劫運安鎮五方然此符本於結空太眞仰寫天文分置方位區別圖象符書之異符者通取雲物星辰之勢書者別析音句銓量之旨圖者畫取靈變之狀然符中有書參似圖象書中有圖形聲並用故有八體六文更相發顯

八顯

八顯者一曰天書八會是也二曰神書雲篆是也三曰地書龍鳳之象也四曰内書龜龍○

○魚鳥所吐者也五曰外書鱗甲毛羽所載也六曰鬼書雜體微昧非人所解者也七曰中夏書草藝雲篆是也八曰戎夷書類於蛆蟲者也此六文八體或今字同古或古字同今符彩交加共成一法合爲一用故同異無定也此依宋法師所說未見正文而三洞經中符有字者如古文尚書中有古字與今同者耳

玉字訣

太上道君於南丹洞陽上舘爲學士王龍賜

說此靈文玉字之訣但未知定是何世所注學者尋之又說諸修行符瞭五方思存禳災等法然正是解訣八會之文而就本文理中復明理如解眞文中更明感通之理定志經又云出思微之義事中復有事如玉訣中復明傳經及盟授威儀之事然諸經中凡有解訣皆通謂之玉訣也

皇文帝書

三皇經云皇文帝書皆出自然虛無空中結氣成字無祖無先無窮無極隨運隱見綿綿常存

天書

諸天內音經云忽有天書字方一丈自然見空其上文彩煥爛八角垂芒精光亂眼不可得看天眞皇人曰斯文尊妙不譬於常是故開大有之始而開天光明以寶其道而尊其文其字宛與非凡書之體蓋貴其妙象而隱其至眞也

龍章

靈寶經云赤明開圖運度自然元始安鎮敷落五篇赤書玉字八威龍文保制劫運使天長存此之龍章也

鳳文

紫鳳赤書經云此經舊文藏在太上六合紫房之內有六頭師子巨獸夾墻玉童玉女侍衛鳳文

玉牒金書

三元布經皆刻金丹之書盛以自然雲錦之囊封以三元寶神之章藏於九天之上大有之宮謂之玉牒金書又云以紫玉爲簡生金爲文編以金縷縷以青絲太上太眞科云玉牒金書七寶爲簡又名紫簡

石字

本行經云道言昔禪黎世界隊王有女字絓音生仍不言年至十四王怪之焉乃棄女於南浮長桑之阿空山之中女行山周帀忽與神人會於丹陵之舍栢林之下神執絓音右手題赤石之上語絓音曰汝雖不能言可憶此也天爲其感愍其疾遣朱宮靈童下教絓音治身之術授其赤書八字絓音於是能言

靈寶玉訣經云道告阿丘曾曰汝前生與南極尊神同在禪黎世界於丹陵之舍栢林之下同發道意爾時南極姓皇字度明執汝右手俱題赤石以記姓名南宮即書汝筆跡題於南軒今猶尚在石字亦存汝憶之不丘曾心悟舉目即見南極所主南壁刻書云太甲歲七月一日皇度明王阿丘曾同於丹陵栢林下發願合二十三字字甚分明

題素

○五符經云五符一通書以南和之繒南和赤色繒也封以金英之函印以玄都之章付震水洞玄之君仙公請問經云道德上下經及洞真玄經三皇天文上清衆篇詠等皆是太上所撰而為文書於南和之繒故曰題素也

玉字

內音玉字經云天真皇人曰諸天內音自然玉字字方一丈自然而見空玄之上八角垂芒精光亂眼靈書八會字無正形其趣宛奧難可尋詳皆諸天之中大梵隱語結飛玄之氣合和五方之音生於元始之上出於空洞之中隨運開度普成天地之功

天尊命天真皇人注解其正音使皇道清暢澤被十方皇人不敢違命按筆注解之曰形魂頻喪卒我所見聊注其文五合之義其道足以開度天人也和合五方無量之音以成諸天內音故曰五合之義也

文生東

○太平經云文者生於東明於南故天文生東北故書出東北而天見其象虎有文章家在寅龍有文章家在辰文者生於東盛於南是知真文初出在東北也

玉錄

玉清隱書有帝簡金書玄玉錄籍可以傳玄羽玉經也又云自非帝圖玉錄者不得聞見上皇玉慧玉精之隱書金玄隱玄之羽經也

玉篇

衆篇序云元始命太真按筆玉妃拂筵鑄金爲簡刻書玉篇五老掌錄秘於九靈仙都之宮雲蘊而授葛仙公之經也

玉札

金根經云太上大道君以大洞眞經付上相
青童君掌錄於東華青宮使傳後聖應爲眞
人者此金簡玉札出自太上靈都之宮刻玉
爲之

丹書墨籙

太眞科云丹簡者乃朱漆之簡明火主陽也
墨籙者以墨書文明水主陰也人學長生遵
之不死故名丹簡墨籙祕不妄傳

玉策

○天皇手執飛仙玉策人皇手執上皇保命玉
策地皇手執元皇定録玉策

福連之書

三十九章經曰太上有瓊羽之門命延爲胎
命之王玄一爲三氣之尊元老爲上帝之賓
並扶兆身神臺刋名於福連之簡又曰太上
金簡玉札爲福連之書

琅虯瓊文

飛行羽經云金書玉籙乃琅虯瓊文也

白銀之編

金房度命經云太常雲神都宮中有金房度
命迴年之訣皆鑄金爲簡刻白銀之編紫筆
書編也

赤書

玉訣經云元始赤書五篇眞文置以五帝導
以陰陽轉輪九天之紐運明五星之光也

火鍊眞文

本相經曰吾昔赤明元年與高上大聖玉帝
於此土中鍊其眞文以火瑩發字形爾時眞
文火漏餘燄氣生化爲七寶林是以枝葉成
紫書金地銀鏤玉文其中及諸龍禽猛獸一
○切神蟲常食林露眞氣入身命皆得長壽三
千萬劫當終之後皆轉化爲飛仙從道不輟
亦得正眞無爲之道

金壺墨汁字

聖紀云浮提國獻善書二人乍老乍少隱形
則出影聞聲則藏形時出金壺四寸上有五
龍之檢封以青泥壺中有黑汁若淳漆灑木
石皆成篆隸科斗之字記造化人倫之始老
君撰道經垂十萬言皆寫以玉牒編以金繩
貯以玉函及金壺汁盡浮提二人乃欲刳心

瀝血以代墨焉

瓊札

玉清隱書金虎符云發彩儀赤文招日同輿結璘黃章與月共居上清消魔經啓洞門於希林尋靈跡於丹穴發元天之沬廣皇上清之瓊札玄書旣刻於王章締名始刋於靈關四遇三元於玄宮六遊五老於靈室

紫字

八素經云八素眞經玄文生於太空之内見○於西龜之山玄圃之上積石之陰八素高玄○羽章靈文鬱乎洞標紫字煥乎瓊林神光流輝於九元金音虛朗於紫天文威煥赫氣布紫庭衆眞旻禮稱慶上清

自然之字

玉帝七聖玄記云爾乃廻天九霄白簡青籙上聖帝君受於九空結飛玄紫氣自然之字玄記後學得道之名靈音韻合玉朗禀眞或以字體或以隱音上下四會皆表玄名空生刻書廣靈之堂舊文有十萬玉言字無正類韻無正音自非上聖眞能意通積七千年而後能嶲之室北洞之源字方一丈文蔚煥爛四合垂芒虛生睷暧若存若亡流光紫氣拂其穢黃金冶鍊瑩其文遂經累劫字體解明至上皇元年九月十七日七聖齋靈清齋長官金青盟天賜誓告靈奉受靈文高上解其曲滯七聖通其妙音記爲廻天九霄得道之篇刻以白銀之簡結以飛青之文藏於雲錦之囊封以啓命之章付於五老仙都左仙公掌錄瓊宮也

四會成字

○玉帝七聖玄記云七聖玄記廻天上文或以○韻合或以支類相參或上下四會以成字音或標其正諱或單復相兼皆出玄古空洞之中高眞撰集以明靈文後學之人若有玄名者得見此文青空採初貞切名四司所保五帝記名也

琅簡蘂書

八素經云西華宮有琅簡蘂書當爲眞人者乃得此文一

石碩

三洞珠囊云西王母以上皇元年七月於南浮洞室下教以授清虛眞人王君得於夏禹禹封文於南浮洞室石𥖶之中𥖶亦有作此碩者故五符云九天靈書猶封於石碩是也今檢諸字類無此碩字也王訣下云五老眞文封題玉𥖶亦其例也孔靈符會稽記云會稽山南有宛委山其上有石俗呼爲石簣壁立干雲累梯然後至焉昔禹治洪水厥功未就齋於此山發石簣得金簡字以知山河體勢於是䟽導百川各盡其宜也

雲笈七籤卷之七

雲笈七籤卷之八　宇八

朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房上進

三洞經教部

經釋

釋三十九章經

大洞眞經云高上虛皇道君而下三十九道君各著經一章故曰三十九章經乃大洞之首也

第一章

高上虛皇君曰元氣生於九天之上名曰辟非辟非之煙下入人之身而爲明梁之氣居人五藏之中處乎心華之下此至氣之所在長煙之所託能知辟非之由者乃得領祖太無領祖太無者盡體虛玄之大冠道素之標矣益元羽童乃人鼻之神也衆風亂玄人鼻之氣也四清撫關乃鼻下口上之間也當令鼻氣恒開又當數加手按讀此篇捻鼻閒乃高上之正座天嶽之混氣氣之來也解百結鼻神翩翩列坐綠室綠室者脣上人中之際也是以帝一上景攝煙運衆晨契虛運反華

自然矣易有者九天之上西北之門名也若既登易有之門乃得昇帝堂之會然後五塗既化森羅幽鬱音賄（一云音費）太和萬唱幽發百混九迴還而順一耳太一隱生之寶人之心也乃明梁之所館辟非之所棲是故七祖反生道濟帝簡高上之旨理於此矣讀高上之洞經既畢乃口祝曰三藍羅波逮臺此九天之祝言高上之內名也夫三藍羅波逮臺者於地上之音曰天命長人常寧也易有者於地上之音曰長臺

第二章

上皇玉虛君曰玄歸者於九天之音曰泥九也天晨金霄帝一雌雄之道天晨爲雌金霄爲雄雄一之神曰晨雌一之神曰霄玉州黃籙者帝之金簡也德刃者九天之臺名也

第三章

皇上玉帝君曰玉帝有女上之幡一名反華之幡皆玉帝之旌旗招仙之號令也以制命九天之階級徵召四海五嶽之神王也九天眞人呼日爲濯耀羅三天眞人呼日爲圓光蔚玉清天中有樹似松名曰空青之林得食其華者身爲金光自非妙尋雲景而金房不登自非重誦洞章而玉寶弗見也若既陟其塗則可以窺森然昊朗之門而手掇空青之華也

第四章

上皇先生紫晨君曰太寊在九天之上謂寊氣遠而絕乎九玄惟搆大洞玉經者可以交接其間也故謂洞景寄以神道耳又玉清天中有綺合臺下有萬津之海其水波湧如連嶽焉

第五章

太微天帝君曰九天眞人呼風爲浮金房在明霞之上九戶在瓊闕之內此皆太微之所館天帝之玉宇也

第六章

三元紫精君曰紫精之天處太無之中三元之氣在上景之衢秀朗者玉清天中臺名太混者玉清天中殿館名羽明者上清天人之車名也

第七章

真陽元老玄一君曰真陽者上清之館名玉皇者虛無之真人逸宅者真氣之明堂丹玄乃泥丸之所在也若能七轉洞經於寂靈之上三四帝尊於白氣之中則真人定錄而魔王立到則注生籍於玉闕招五老於金臺矣太上有瓊羽之門合延爲胎命之王玄一爲三氣之尊元老爲上帝之賓並扶兆身神臺刊名於福連之簡也太上金簡玉札名爲福連之書○

第八章

上元太素三元君曰太素三元宮中有三華之氣生於自然也似芙蓉之暉晨燈者乃玉真天中明氣之光洞照於三元之臺也廣靈堂者上清之房名兆若能存雌一於夙夜誦洞章以萬遍者則太微小童負五圖於帝側絳宮真人承五符於胎尊合變於三素之氣得形於晨燈之光則人無哭兆終身不亡矣

第九章

上清紫精三素君曰上清紫精天中有樹其葉似竹而赤其華似鑑而明其子似李而無核名曰育華之林食其葉而辟飢食其華以不死食其實即飛仙所謂絳樹丹實色照五藏者也自非長冥眇思接神太無而育華之實不可得而食也上清玉房生七寶之雲雲色七重其氣九扇以童子辟非童女宣彌得乘此寶雲上入玉清之天也而辟非者太微之內神宣彌者玉清之神女若兆能離合百神開閉帝一變化九魂混暢五七者則辟非可願宣彌可致七度死厄三光所利五老延日以曲照太上三使以相入矣三使者太上金房之名也

第十章

青靈陽安元君曰青靈者真人之位號八氣者雲色之相沓元君者虛皇之司命三華者玉清之房名乃陽安元君之所處也

第十一章

皇清洞真道君曰皇清乃上清三仙皇之真人也洞真乃上清元老之君也皆俱合生於太無之外俱合死於廣漠之上能生能死是

以皇清洞眞三帝合生理出於此矣日母者
玉清之老母主胞胎於尊神也名曰正會條
兆能知日母之名則胞結自解七祖罪消

第十二章

高上太素君曰高上皇人常宴紫霄之上玉
根者玉清天中山名也乃五老上眞之所治
太素眞人拂日月之光於帝一之前太素天
中呼日爲肦景也玉門蘭室並是上清宮中
門户名也月中樹名騫樹一名藥王凡有八
樹在月中也得食其葉者爲玉仙玉仙之身○
○洞徹如水精瑠璃焉

第十三章

皇上四老道中君曰皇上四老眞人在日中
無影呼日名爲九曜生常秉明玉之輪鞾宴
於日中也廣霞者玉清天中山名乃九日之
所出矣日帝之所司也

第十四章

玉晨太上大道君曰道君保形景於法化之
內四聠鏡於上清之上解襟帶於玉映之室
秉八素入於四明之門反日中之神玉併月
中之高靈矣玉映者玉晨之宮名四明者上
清玉帝之南門也

第十五章

太清大道君曰太清天中有山名浮絶三天
神王之所治也彼天人呼日爲太明又有金
華樓諸受眞仙玉録者皆在此樓之中

第十六章

太極大道元景君曰太極有元景之王司播
三天之神仙者也太漢者太清之外也太極○
○眞人呼日爲圓明

第十七章

皇初紫元君曰皇初紫元之天常有暉暉之
光藹藹如薄霞焉乃九日之所出有如一日
之照耳六淵者乃元君之宮名寒童者山名
也故曰登寒童之嶽會六淵之中矣

第十八章

無英中眞上老君曰無英中眞上老君處上
眞之宮領五帝之籍解兆五特於重結化兆
五神於胎骨常遊紫房明堂之內也

第十九章

中央黃老君曰中央黃老君三元之眞皇也圓華者黃老之宮名也玉齋者太微天中之山名也皆黃老君之理所

第二十章

青精上眞內景君曰青精之宮有上華之室室中有自然青氣號曰返香之煙逆風聞三千里紫空者內景之山名也青精君常乘羽逸之車鴻玄景之晝登紫空之山入玉室之內也

第二十一章

太陽九氣玉賢元君曰太陽九氣者變化三晨之上策駕紫軿於微玄之下微玄者日中之神名曰玉賢天中或呼日爲微玄也開陰太漠者是胎神之所在也胎門既塞乃滯血之所織胎門既開而嬰神之所棲太漠爲玄重之根開陰爲常生之源若胎開而明潔則帝一之氣全也若太漠之內修則五老之宴歡故云開陰太漠長保陽源陽源者猶人之有勢也兆能使陽源不傾玄泉不動淡然淵停渟然天靜亦迴老駐年與靈均氣也

第二十二章

太初九素金華景元君曰太初天中有華景之宮宮有自然九素之氣氣煙亂生雕雲九色入其煙中者易貌居其煙中者百變又有慶液之河號爲吉人之津又有流汩之池池廣千里中有玉樹飲此流汩之水則五藏明徹面生紫雲

第二十三章

九皇上眞司命君曰九皇上眞者玉虛之元君也四司者天帝之禁宮也晨暉者玉虛司命之宮名也飛霞者玉虛天中之山名逸錄者仙皇之符籙也

第二十四章

天皇上眞玉華三元君曰天皇上眞者是上清眞人之典禁主玉華仙女之母故號曰玉華三元君也乘神徊之車登雲飈之宮入流逸之室神徊者是眞人一輪車名九曲下戶者是男女之陰地也男曰九曲女曰下戶此陰地常生白雲之氣以薰黃庭之間是得道之候驗也

第二十五章
太一上元禁君曰太一上元君者萬仙之司王方嶽真氣也主除死籍刻書生簡赤氣王者日中之上神其名曰將車梁能知赤氣王名者不死

第二十六章
元虛黃房真晨君曰元虛黃房者是真晨仙君之所治也玉宮者是得道符籍之所在也九元鎮真者是九元太帝之名也太帝名鎮守真兆能知之者不死

第二十七章
太極主四真人元君曰太極元君乘凌羽之車結雲氣以雕華控九龍以齊驟揚威於高上之天轉轂於太明之丘鳴鍾於未央之臺

第二十八章
四斗中真七晨散華君曰玉清天中有散華之臺是四斗七晨道君之所治也七晨天中有反生之香氣反衛於三寶之山山在四斗之中上有金琅之館名曰映清爽之宮其中上皇真人皆項負寶曜體映圓光氣合三寶靈洞五藏也洞經所謂香風扇三寶五藏映清爽

第二十九章
晨中黃景元君曰晨中真人帶迎延之符登太霄之庭飛羽輪於琀琅之臺佩玉章之文於太霞之宮

第三十章
金闕後聖太平李真天帝上景君曰金闕之中有上景之氣氣色鬱鬱暉照十方乃後聖之靈都太平之所會也種年祚於日氣之中植三命於月宮之庭五毒絶於沈沒解結生於天堂

第三十一章
太虛後聖無景彭室真君曰太霞之中有彭彭之室結白氣以造構合九雲而立宇紫煙重扉神華所聚故號曰彭彭之室而太虛元君之所處焉

第三十二章
太玄都九氣丈人主仙君曰太玄都九氣丈人乘晨徊之風登蕩沸之山煥鬱然之煙入

太暉之宮伐胞樹於死户養胎氣於冥初滑五毒於常關定三命於金書

第三十三章

上清八皇老君曰上清之天在絶霞之外有八皇老君運九天之仙而處上清之宮也乘廣琅之車把鳳羽之節登華使之山入太老之堂上清眞人呼日月爲太寶九華

第三十四章

東華方諸宫高晨師王保仙王曰青童君東華者仙眞之州也在始暉之間高晨王保王所治也東華眞人呼日爲紫曜明或曰圓珠青童君乘雕玉之軿御圓珠之氣登雲波之山入東華之堂

第三十五章

椁桑太帝九老仙皇君曰九老京者山名也在椁桑之際九老仙皇處椁桑之際治九老之京太帝君治椁桑之杪會方丈之臺也二道君時乘合羽之車合羽車者雲沓之色登椁桑之杪會九老之京出靈户之符名大魔之王矣

第三十六章

小有王眞萬華先生主圖王君曰小有王眞天中有萬華之宮小有先生主圖王君之所治也此宮之中藏錄上帝之寶經玉清之隱書也又有洞觀之堂縣在太無之中重泉曲者魔王之陰府也兆既得洞一之道乃拔死於泉曲之籍書仙名於靈羽之錄

第三十七章

玄洲二十九眞伯上帝司禁君曰玄洲有三溺之津非飛仙而莫越也又有羽景之堂在太無之庭又有絶空之宮在五雲之中玉靈仙母金華仙女常所遊也司禁眞伯上帝玉君時乘日月之軿披虎文之裘登重漢之山入宴羽景之堂濯纓帝川之池會仙絶空之宮也

第三十八章

太無晨中君列峩嵋山中洞宮王户太素君曰太無在洞景之表太素在幽玄之上九宮列金門於大素之表冊樓沓七重於大無之庭乃太素三元君所遊也

十一

第三十九章

西元龜山九靈眞仙母青金丹皇君曰崑崙山有九靈之館又有金丹流雲之宮上接璇璣之輪下在太空之中乃王母之所治也西元龜山在崑崙之西太帝玉妃之所在

釋太上大道君洞眞金玄八景玉籙經釋題曰東華上仙名太上八素隱書南華上仙曰大洞眞經西華上仙曰金眞玉光映天洞觀玉經北華上仙曰蕭條九曜豁落七元上經玉皇中仙曰太上高聖八景玉籙中央黃老君南極元君藏錄二經於太素瑤臺玄雲羽室封以鬱林之笈玉清三元之章乃命北寒金臺龍華玉女七百人又命白空虞宮西靈玉童七百人侍衛焉晉永和十一年歲在乙卯九月一日夜半受經於紫微王夫人凡二萬二百三十字其大洞眞經一萬字

上清高聖太上道君金玄八景玉籙

上清高聖太上大道君者蓋二晨之精氣慶雲之紫煙玉暉輝煥金映流眞結化含秀苞凝玄神寄胎母氏育形爲人諱噐天眞字開元母姓三十七百年乃誕於西那天鬱察山浮羅嶽丹玄之阿於是受書玉虛胱景上清位爲太上高聖玉晨大道君治蘂珠日闕館七映紫房玉童玉女各三十萬人侍衛於是振策七國揚青建朱騰空葆於駕景騁飈徘徊八煙盤桓空塗仰餐日華拾落日珠摘絳林之琅實餌玄河之紫蕖偃蹇靈軒領理帝書萬神入拜五德把符上眞侍晨天皇抱圖乃仰空而言曰子欲爲眞當存日中君駕龍驂鳳乘天景雲東遊桑林遂入帝門若必昇天當思月中夫人駕十飛龍乘我流鈴西朝六領遂詣帝堂精根運思上朝玉皇會會數鬱儀以躡景昇晃散結璘以暨霄雙皇合華後天而凋夫大有者九天之紫宮小有者清虛三十六天之首洞於是

太上大道君初乘一景之輿駕八素紫雲攝希微倉帝名錄豐子俱東行詣鬱悅那林邑玉臺天見玉清紫道虛皇上君受九暉大晨隱符 一

太上大道君次乘二景之輿駕七素絳雲攝

中微赤帝名定無彦俱南行詣高桃孱沖龍
羅天見玉清翼日虛皇太上道君受觀靈元
晨隱符
太上大道君次乘三景之輿駕六素紅雲捌
紫微白帝名渠淵石俱西行詣碧空歌飲黎
天見玉清昌陽始虛皇高元君受總晨九極
隱符
太上大道君次乘四景之輿駕五素青雲捌
玄微黑帝名齊元旋俱北行詣㚷摩坦婁于
○醫天見玉清七靜道生高上虛皇君受沓曜○
旋根隱符
太上大道君次乘五景之輿駕四素黃雲捌
始微上帝名接空子俱東北行詣扶力蓋浮
羅天見玉清太明虛皇洞清君受玄景晨光
隱符
太上大道君次乘六景之輿駕三素綠雲捌
靈微中帝名秉巨文俱東南行詣具詡耶渠
初默天見玉清始元虛皇太霄君受合暉晨
命隱符
太上大道君次乘七景之輿駕二素紫雲捌

靈微下帝名宏肩子俱西南行詣沖容育鬱
離沙天見玉清七觀無生虛皇金靈君受齊
暉晨玄隱符
太上大道君次乘八景之輿駕一素靈雲捌
洞微真帝名迴澄摠俱西北行詣單綠祭寶
輪法天見玉清八觀高元虛皇淳景君受高
上龍煙隱符
太上大道君又乘洞景玉輿駕太霞紫煙玄
景之暉捌九微內帝君名申明開及上皇九
玄九天諸真仙王等俱仰登彌梵羅臺霄絕
○寥丘飛元雲根之都玉清上天見玉清紫暉○
太上玉皇明上大道君受高清太虛無極上
道君隱符

釋太上神州七轉七變儛天經

神州在天關之北日月迴度其南七星輪轉
其中央晝左迴八緯夜右轉七經七星運周
天光迴靈此上皇紫晨受化之庭修七轉之
法位登於玉清
七轉七變之道上皇紫晨君受於九天父母
修行道成以傳玄感清天上皇君皇君以傳

三天玉童玉童以傳紫極眞元君紫極眞元君傳天帝君天帝君傳南極上元君南極上元君傳太微天帝君太微天帝君傳後聖金闕君後聖金闕君傳上相青童君承眞相系皆經萬劫一傳小有天王後撰一通以封於西城山中得者皆奉迎聖君於上清宮給玉童玉女各二十一人典衛靈文營護有經者身

神州玉章凡十四章乃十四帝君洞野之曲百神內名玉天之玄象三晨之精誦其章玉○響激朗上元誦之萬遍白日昇天

釋神虎上符消魔智慧經

神者靈也靈變無窮陰陽不測名之曰神也虎者威也威震九遐之域神光煥乎上清上者太上祕乎靈都上宮神虎七千備于玉闕因以爲名符者信也太上之信召會群靈消魔者滅鬼也凡有玉簡紫名得修上經莫不爲衆邪所乘鬼魔所試兆當諷詠此經則激百陽以生電鼓千陰以吐威六天失氣九魔消摧也智者日中之星也慧者宜以生生爲急也故慧字有兩生幷而共乘一急之象者也誦經五千遍則神智開朗聖慧明發命八景以高登騁神虎以飛昇此大威變之道故以消魔爲名

釋太上素靈洞玄大有妙經

太者大也彌綸而不可極故曰太也上者處乎無窮之表故曰上也是道君之號也素靈者房名也洞者洞天洞地無所不通也玄者幽寘之所出也大有者宮名也妙者微之極也經者營也弘暢幽極經理神關故謂之經○而有玄丹上化三眞元洞之道本與玄氣同存元始俱生三精凝化結朗玉章構演三洞之府總御萬眞之淵乃祕在九天之上大有妙宮金臺玉室素靈之房翁藹玄玄之上蕭蕭始暉之中是時上聖衆帝清齋三月仰稟太冥玄思感於大寂積稔啓於上清而受焉因經所藏之處而以爲名

釋迴元九道飛行羽經

迴元者運星元之綱輪也輪空洞之大輻調四氣之長存九道者北斗九星也九星之運

觀渙五常五行稟之以致度萬物稟之以得生皆九道之運也飛行羽經者九天父母太眞丈人同宴景龍之輿息駕無崖之瑞忽致玄靈瑞降白鶴之車黑翮之鳳口銜素章登空步虛經歷無窮因名白羽黑翮飛行羽經

釋九靈太妙龜山元錄

龜山在天西北角周迴四千萬里高與玉清連界西王母所封也元錄者九虛上眞始生變化大妙之法記爲名錄也皆刻書龜山流精紫閣金華瓊堂其旨隱奧其音究妙蓋九天書錄名題龜山

釋大有八稟太丹隱書

大有宮名也在九天之上八者八節也稟者授節度也太丹南宮名也隱藏也書文也言八節吉辰天上宴會八稟開眞大慶之日其時乃萬神集議皆列言大有之宮爲學之士以其日清齋百過即上生於南宮也

釋七聖玄記迴天九霄經

七聖者高聖玉帝君高聖太上大道君上聖紫清太素三元君上聖白玉龜臺九靈太眞西王母上聖中央黃老君上聖榑桑太帝君後聖金闕帝君也玄記者七聖各迴注得道之人玄名也迴天者太上道君携契玉虛紫賓迴天傾光上登九層七映朱宮徘徊明霞之上蕭條九空之中列七範於仙錄刻玉名於隱篇九霄九天也一名九空上聖帝君受命於九空結飛氣成自然之字玄記後學得道之名靈音韻合玉朗稟眞或以字體或以隱音上下四會皆表玄名

釋曲素訣辭五行祕符

曲者臺名也素者八方之素也玄都上有九曲峻嶒鳳臺皆結自然鳳氣而成瓊房玉室處於九天之上玉京之陽虛生八會交眞之氣十折九曲洞達八方上招扶搖之翮傍通八素之靈故以曲素爲名訣者旨詣也辭者憂樂之曲也結九元正一之氣以成憂樂之辭上慶神眞之歡下悲兆民之憂故曰憂樂之辭也五行者金木水火土也祕者藏於上清瓊宮也符者文也五色流精凝而成文也混化萬眞總御神靈

釋天關三圖七星移度經

天關三圖者九天之上有關玉臺一名天關一名天圖一名天關是九天之生門關之樞機也其西五千里則金闕宮東九千里則青華宮上去玉清宮七千里是衆真之所經神仙之所歷學者之所由也七星者斗星也移度者歷轉也日月迴周其境七星歷轉其關上運九天明皇之氣下潤流濩梵行諸天高上玉帝出入遊宴之道乃學者簡錄所通之門上相所揆以挾後學有知上帝宮館之次第上真所遊處剋成真人也

釋除六天玉文三天正法

除者罷也六天者赤虛天泰玄都天清皓天泰玄天泰玄倉天泰清天此六天起自黃帝以來民人互興殺害不禀自然六天之理於兹而興太上給以鬼兵使於三代之中驅除惡民而六天臨治轉自僞辭太上下玉文遂截六天之氣更出三天正法剗惡救善三天者清微天禹餘天大赤天是也

釋青要紫書金根衆經

青要者紫清帝君之別號也紫書者紫筆繕文也金者金簡也根者日根也衆經者科集衆經之最要也蓋玉帝命高上侍真總仙君科集寶目椂日根之法合爲衆經以紫筆繕文金簡爲篇也

釋石精金光藏景錄形經

石精者妙鐵也石者鐵之質精者石之津治之爲劒而發金光金者劒之幹光者刃之神藏景者隱身也錄形者代身也

釋太上九赤斑符五帝內真經

太上者是無極大道之號也九赤者乃九元之氣也九元者五嶽四海也山海色雜目之斑也符者真文也五嶽得之以鎮四海得之以潤五帝得之以靈人得之以神仙也

雲笈七籤卷之八

宋朝散郎守尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉勅撰進

三洞經教部

經釋

釋太霄琅書

太霄琅書妙經云九天九玉萬炁之本宗衆帝之祖先乃九氣之精源以天地未澈三晨未明結自然而生於空洞之內溟涬之中歷九黃劫而分氣各治置立天地日月星辰於是而明萬氣流演結成道眞元始上皇高上○玉虛並生始天之中三十九帝二十四眞遂有宮闕次序之官上皇寶經皆結自然之章以行長生之道不死之方符章玉訣皆起於九天之王傳於世代之眞至三五改運九靈應期後聖九玄道君推校本元以歷九萬億九千累劫上皇典格多不相參道君以中皇元年九月一日於玉天瓊房金闕上宮命東華青宮辱俯仰之格揀校古文撰定靈篇集爲寶經三百卷以付上相青童君使傳後學王名合眞之人

釋太微黃書

太微黃書八卷素訣乃舍於九天玄母結文空胎歷歲數劫以成自然之章太皇中感成洞眞金眞玉光八景飛經元始天王名之八景飛經廣生太眞名之八素上經青眞小童名之谿落七元太上道君曰隱書玉訣金章

釋太上金書秘字

金書秘字出乎混洞太無紫氣練眞錄芒豔乎日月斷諸邪閼飛緑空玄太上有命付諸○天君青眞小童奉受修習傳太極眞人清虛眞人南嶽赤松子劉子先等寶祕尤嚴得者勿泄

釋太上上皇民籍定眞玉籙

凡欲定心當受上皇民籍定眞玉籙此籙至要爲學之先先能定心仙名乃定仙名者由此籙爲是三天正一先生所佩以定得仙之名傳於玉帝三十九眞也青童君請問太上道君曰治心入道科術參羅各云要妙由之有緣未審今之所最要何方爲勝太上答曰勝理雖多其有最者治心之要在乎慚愧動

心舉目轉體安身常懷慚愧不忘須臾心神
乃定定則入道此爲最要也青童曰何所慚
愧而得入道太上曰心有神識識道可尊尊
由無爲而我有爲有爲有累志願無爲無爲
無累不可便及力進苦遲負累稍至爲此慚
愧不離心中又當思我稟生生由父母父母
鞠養辛苦劬勞而我成長學術不深無奇方
異法令父母延年長生不死同得神仙此期
未克供養又虧公私愆過父母垂憂慮不
精功行怠退爲此慚愧不離心中又父母愛○
○念令其精勤從師學問智慧通神求得仙聖
爲道種人師又勸勵方便抑揚善誘善接既
練既陶而任欲肆心負違師訓或將成而罷
叛正入邪攻伐師友反道破經罪延尊上禍
滅己身災殃將至不知改悔或不自覺悟以

爲真正善及方悔悔無所追爲此慚愧不離
心中又君王賞德搜賢訪美舉其宗鄉拔其
萃類爵祿光厚宴集綢繆不能竭力盡忠贊
宣聖化貪榮暴勢阿諛面從佞媚自進抑絕
高明嫉害勝己結對連仇災凶賊害毒至不

知知不能脫誤及親友爲此慚愧不離心中
又崇道不忘事親能孝奉君必忠不負幽顯
而前身宿障舌病相纏公私口舌誹謗橫生
或鬪訟牢獄非意而及或執勤守慎清直異
羣君上所憎衆邪所怨或事師敬友往還身
心遭罹凶醜惡鬼惡人交互劫掠帽脅中傷
或爲善成惡捨財致怨盡禮佞竭誠爲爲姦
或起立館舍繕寫經圖堂宇雖立不得常安
篇部雖多不得披覽公私罣礙風火忘失慘
疾飢寒不從本志白日空去素願未成一失○
○生道方向冥冥幽苦煩惱未測還期今欲救
之未得要訣爲此慚愧不離心中心中有神
不知慚愧則馳競遑遑無時得定定由慚愧
慚愧既立常在心中心中有慚愧俯仰思道
思道不忘須臾則神明定乎內內定則罪去
罪去則福來福來則成真成真則入道入道
由慚愧慚愧則入神也青童曰慚愧在心謹
聞命矣請問慚愧在迹其狀可聞乎大上曰
善哉善哉要爾之問也夫有形則有心有心
則有事有事則有迹有迹則有狀有狀則有

言有言則有法有法則有道有道則法可陳矣學士治心慚愧在内慚愧之迹其狀在外豫兮若冬涉川猶兮若畏四鄰是其狀也慎言語懼悑總也節飲食屣貪饕也衣麄而淨在素潔也居陋而隱守靜篤也恭敬一切避凌辱也不敢爲先免嫉謗也始終貞信潛化導也進止和光容行教也挫鋭解紛明道有時也出處變化見神應之緣也各有其法同是慚愧之狀也

釋太上倉元上籙

倉元上籙一名太清内文又名王鏡寶章又名金圖瓊字又名破淹洞符又名玄覽寶籙又名人鳥山經又名金生策文又名威武太一扶命玉晨君所修秘于素靈上宫得而奉行能飛能沈能隱能顯位爲眞人

釋太上太素玉籙

太素玉籙者玉晨君所修五帝神使祕於素靈上宫大有之房得者飛行太空能隱能藏給玉童玉女各二人密修即驗泄露致災精加謹慎諦憶師言也

釋太上神虎玉符

老君曰神虎玉符太眞九天父母所出太眞丈人以傳東海小童九天眞王九天眞王以傳太上道君太上道君常所寶秘藏於太陵靈都瓊宫玉房之裏衛以巨獸捍以毒龍神虎七千備于玉闕也神虎班其匠金虎亘其眞智慧標其幹消魔演其源徹旨幽邃妙趣難詳皆署天魔隱諱或標百神内名誦其章千精駭動詠其篇萬祆束形以三天立正之始傳付太微天帝君使威制六天斬馘萬神攝山召海束縛羣靈威魔滅試迴轉五星

符在本經

晉興寧三年乙丑歲七月一日桐栢眞人授道士許遠遊言至甲申乙亥壬辰癸巳歲九月一日七月一日四月八日當有道士著七色法衣手持九曲策杖或在靈壇之所或在人間告乞或詠經詩或作狂歌子若見之勤請其道必授子神虎上符此南嶽眞人太上常使其時下在人間察視學者之心也

釋太上金虎符

此符本刻于上清玉蘭智慧篇中有七萬言
靈音道妙微旨難詳或著天魔隱諱或表萬
神内名或釋幽論凝決于瓔音也小有王君
抄出此符及威神内文之法以制天地羣靈
有一百言耳此咒甚秘名曰三天虎書太元
上籙受之者先齋七十日賫金虎玉金素金
玄羅三十尺以爲金眞之誓盟天地不宣之
約依四極明科鞿使七百年中得傳三人
符在本經

釋太上金篇虎符

○太微天帝君以傳金闕帝君朱書白素盛以○
紫錦囊佩之頭上以行則制命天地羣靈神
仙敬伏玉華執巾天丁衛軀山嶽稽精加勑
威神之祝玉清之章便得斬馘九魔千妖滅
形矣此上清禁符不傳於世得佩之者飛昇
上清

釋太上玉清神虎内眞隱文

太上道君曰李山淵德合七聖爲金闕之主
方當參謁十天理命億兆定中元於玄機制
陰陽於不測以齋首挍眞擢領封河召海斷
任死生把執天威馘滅六天總罰三官既以
説之以智慧又復記之以消魔智慧可以驅
神消魔可以滅邪復授之以神虎眞符助之
以散穢去患也　文辭在本經中

釋太上三元玉檢布經

高上三元布經乃上清三天眞書上眞玉檢
飛空之篇上元檢天大籙下元檢地玉文中
元檢仙眞書如是寶篇高上皆刻金丹書貯
以自然雲錦之囊封以三元寶神之章藏於
九天之上大有之宮金臺玉室九曲丹房南
○極上元君主之以上元朱宮玉女七百人侍○
衛

釋洞眞太上九眞中經

太上九眞中經一名天上飛文一名外國放
品一名神州靈章雖有四號故一書耳

釋洞眞玉晨明鏡金華洞房雌一五
老寶經

一名三元玉晨法一名雌一隱玄經

釋洞眞中黄老君八道秘言經

太虚眞人南嶽赤松子曰此經或名九素上

書或名太極中真王文或名八道金策

釋洞神秘籙

小有經下記曰三皇治世各受一卷以天下有急召天上神地下鬼皆勑使之號曰三墳後有八帝次三皇而治又各受一卷亦以神靈之教治天下上三卷曰三精次三卷曰三變次二卷曰二化凡八卷號曰八索

釋玄真文赤書玉訣

東方九氣青天真文赤書一名生神寶真洞玄章一名東山神呪八威策文

南方三氣丹天真文赤書一名南雲通天寶靈鈴一名九天神呪一名赤帝八威策文

中央黃天真文赤書一名寶劫洞清九天靈書一名黃神大呪一名黃帝威靈策文

西方七氣素天真文赤書一名金真寶明洞微篇一名西山神呪一名八威召龍文

北方五氣玄天真文赤書一名元神生真寶洞文一名北山神呪

釋紫度炎光神玄經

紫度炎光神玄經者非紫度炎光有本元乃是神經自生空虛之中變氣成章玄光炎映積七千年其文乃見太微天帝君以紫簡結其篇目金簡刻書其文仍記爲紫度炎光神玄變經者從玄中變而名焉

釋胎精中記

九天丈人告三天玉童曰九丹上化胎精中記乃生九玄之初結太空自然之氣以成寶文二十四真三十九帝悉所修行一名瓊胎靈曜經一名洞真太丹隱書一名帝君七化變景九形經一名太一二度帝寶五精經

釋隱地八術

隱地八術乃紫清帝君遊隱之道玄變之訣舊文乃有八卷變化八方藏形隱影之事

釋外國放品經

外國放品經皆玄古洞空之書自然之章是上真帝皇以下及學仙得道者莫不受音於太空

釋四十四方經

太上黃素四十四方皆九天之上書八會之隱文也是以太上大道君命上清高仙太極

眞人科集品目陳其次序合爲黄素神方四十四首

釋八素眞經

八素眞經乃玄清玉皇之道又有地仙八素經論服王氣吐納之道也又有九素經論召鬼使精行厨捡䰟魄之事

釋三九素語

三九素語玉精眞訣上相青童君曰三九素語出九帝三眞命呪之辭理氣stud年開解靈關五藏華鮮

釋紫鳳赤書

龍景九文紫鳳赤書曰太上閑居峻嶒之臺金華九曲之房說龍景九文紫鳳赤書

釋靈飛六甲

瓊宫五帝靈飛六甲内文一名太上六甲素奏丹符一名五帝内眞通靈之文一名玉精眞訣一名景中之道一名白羽黑翮隱玄上經靈飛左右六十上符並生於九玄之中結清陽之氣以成玉文

釋元始洞玄靈寳赤書五篇眞文

五老靈寳五篇眞文元始天書生於空洞之中爲天地之根又云元始赤書五篇眞文上清自然之書九天始玄化空洞之靈章成天立地開張萬眞

釋洞玄智慧大誡經

洞玄智慧大誡經元始天尊以開皇元年七月一日於西那玉國欝察山浮羅之嶽長桑林中授太上大道君智慧上品大誡法文

釋洞玄通微定志經

天尊曰卿並還坐吾欲以思微定志旨訣告卿其要簡易得悟不亦快乎二眞曰思微定志爲有經也天尊曰都無文字二眞曰斯徒解壁無底大癡如無文字何從得悟荅曰即時一切經書本無文字也今日之言不亦經乎

釋洞眞黄氣陽精三道順行經一名藏天偃月經

南極上元君曰吾受高上順行三道之要黄氣陽精之道㳂御靈暉口吸皇華仰餐飛根存七曜於紫庭行三道於金門徊闔狭於淵

景明日月之方圓覩朱階於洞陽入練湯於廣寒登七寶於玄圃攀飛梯於靈關田陽精於淳黎採黃氣於鬱單傍金翅於高木田石景以映頹修御靈圖遂感神真乃三景垂映七精翼軒五靈交帶四司結篇西龜定錄名題高晨故位登南極上元之君此道高妙非庸夫俠學所可言論今集其所禀粗說高上玉帝口言以標玄虛自然靈文付上相青童君掌錄玄宮經萬劫之後當授玄記白簡青錄之人

釋洞真玉佩金璫太極金書上經

玉佩者九天魂精九天之名曰晨燈一名太上隱玄洞飛寶章金璫者九天魄靈九天之名曰虹映一名上清華蓋陰景之內真

釋洞玄太極隱注經

太上玉經隱注曰上清之高旨極真之微辭飛仙之妙經也靈寶經或曰洞玄或云太上昇玄經皆高仙之上品虛無之至真大道之幽寶也三皇天文或云洞神或云洞仙或云太上玉策此三洞經符上道之綱紀太虛之

玄宗上真之首經矣豈中仙之所聞哉

釋七經并序

道學七經經者徑也由也常也成也徑直易行由之得進常通不塞正以治邪轉敗為成經緯相會也玄素黃帝容成彭鏗巫咸陳赦習學七經演述陰陽生生為先先仁之志非但七人七人迹多亦號七經天門玉子皆傳斯道外儒失道不知道為儒本儒為道末本末不知致無長壽之人遂為淫亂之俗也至於外儒五經備有詩首關雎禮貴婚嫁傳嗣之重歷代所同無後之罪三千莫大而知男女氣數陰陽興衰閑之疑怪寅鄙成哭良可痛念智者悟之能歸內道救理外儒詩禮傳易至于尚書禮樂孝經敘末宗本本孝合乎道習樂同乎德道德弘深仁義備舉禮智恒用信不覆衡緣末入本引外還內上學之功於此乎在

七經者一曰仁經男女婚嫁恩愛交接生子種人永世無絕

二曰禮經既生當長壯不可終夫清婦貞內

外分別尊卑相敬和而有節
三曰信經旣知禮節覩跡相聞朝野忠直無相違負
四曰義經旣知忠直有與有取罰惡賞善更相成濟
五曰智經旣知賞罰防有枉濫抑揚通流除邪入正
六曰德經給邪保正五德均平無偏無吉常樂長存
○七曰道經常樂長存騰泰無上上德不德救化立功功成身退推變無窮
○凡人學道共修七經經有所明各有多少仁經思多餘事皆少少不受稱多故立名名爲仁經亦有禮義信智德道六同若斯唯道獨多少行均平故號大道一切所宗也

雲笈七籤卷之九

雲笈七籤卷之十

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房進

三洞經教部

經

老君太上虛無自然本起經

道者謂太初也太初者道之初也初時爲精其炁赤盛即爲光明名之太陽又曰元陽子丹丹復變化即爲道君故曰道之初藏在太素之中即爲一也太素者人之素也謂赤氣初變爲黃氣名曰中和中和變爲老君又爲○神君故曰黃神來入骨肉形中成爲人也故曰人之素藏在太始之中此即爲二也太始者氣之始也謂黃氣復變爲白氣白氣者水之精也名太陰變爲太和君水出白氣故曰氣之始也此即爲三氣也夫三始之相包也氣包神神包精故曰白包黃黃包赤赤包三三包一三一混合名曰混沌故老君曰一生二二生三三生萬物又曰混沌若雞子此之謂也夫人形者主包含此三一故曰三生又曰三精又曰三形元包含神神得氣乃生能

使其形安止其氣如此三事當相生成

夫道為三一者謂虛無空空者白也白包無無者黃也黃包赤赤為虛何為虛虛者精光明明而無形質譬若日月及火其精明然而無有形質故為虛何謂無無者炁也炁有形可見無質可得故為無何謂空空者未有天地山川左顧右視蕩蕩漭漭無所障礙無有邊際洹洞白無所見無以聞道自然從其中生譬若琴瑟鼓簫之屬以其中空故出聲音是以聖人作經誡後賢者欲使守道空虛其心關閉其耳目不復有所念若有所念思想者不能得自然之道也所以者何道未變為神時無端無緒無心無意都無諸欲澹泊不動不搖及變為神明神者外其光明多所照見使有心意諸欲因生更亂本真或曰思想不能復還反于道使入五道無有休息時何謂五道一道者神上天為天神二道者神入骨肉形為人神三道者神入禽獸為禽獸神四道者神入薜荔薜荔者餓鬼名也五道者神入泥黎泥黎者地獄名也神有罪過入泥黎中考如此五道各有劫壽歲月是以賢者學道當曉知虛無自然守虛無者得自然之道不復上天也常在世間變化見死生為世人師守神者能練骨肉形為真人屬天官當飛上天此謂中自然也守氣者能合陰陽之氣以生毛羽得飛仙道名曰小自然故神有廣狹知有淺深明有大小由是言之學道讀誦聖文毋逆明師開解懸冥也

夫守道之法當熟讀諸經還自思惟我身神本從道生道者清靜都無所有乃變為神明便有光明便生心意出諸知慧智慧者謂五欲六情五欲者謂耳欲聲便迷塞不能止目欲色便淫亂發狂鼻欲香便散其精神口欲味便受罪入網羅心欲愛憎便偏邪失正平凡此五欲為惑亂覆蓋六情者謂形識知痛痒欲得細滑耳聞聲心樂之目見色心欲之鼻聞香心逆臭口得味心便喜身得細滑衣被心便利之得所愛心便悅之坐此六情以喪故復名六情喪人神但坐此六情所牽引迷亂淫邪垢濁闇蔽使神明不暢達便有肉

人不能識別聽視不聰明情志閉塞皆坐此
五欲六情之所惑亂受罪展轉入五道死生
無有休息時以是故當熟自思此意其神本
自清淨無此情欲但思念此意諸欲便自然
斷止斷止便得垢濁盡索垢濁盡索便為清
淨便明見道與道合便能聽視無方變化無
常人若復不解此意且聽吾説譬如此類若
鏡其師本作鏡時極令清明系於人買鏡持
歸不肯護之至使令冥無所光照乃復令摩
鏡師以藥摩之乃復正明以明能見人形影
○人神亦如此神本從道生道者清淨故神本
自清淨而使以情欲迷惑陷於闇冥其鏡冥
者藥摩之便明人神以欲自蔽冥者亦當以
經法自摩諸欲乃得自然斷止而復清淨乃
有所見又若天新雨之水皆擾濁若收此水
置一器中初時水尚渾濁無所照見久久稍
自澄清便明明便可於其中照見形影人神
以諸欲亂時如此濁水人能斷此情欲者如
澄清水諸欲斷便自然清淨澄明明便為得
道當曉知其本者諸欲便自然斷其餘外道

不曉知其本清淨而反常相教斷情欲夫情
欲非有形質也來化無時不劾有形之物可
得斷截使不復生此神情欲思想出生無時
不可見知不可預防過不得斷截不劾懸懸
之緒可得寄絶不劾草木可得破碎不劾光
明可得障蔽不劾水泉可得壅遏故神無形
呼吸之間丹沵萬封以是故不可得斷絶但
曉知其本清淨無欲自然斷止而不曉知其
本強欲自斷情欲終不能斷絶之譬如斷樹
本使不生當掘出其根本根本已出便不復
○生癡人不曉之而但齊地斫之其根續生如
故人不曉情欲之本而強斷絶其末如此情
欲絶不斷也會復生如故外道家不曉人神
本清淨而反入室強塞耳目斷情欲不知情
欲本在於心意心意者神也神無形往來無
時情欲從念中生出生出無時以無形故不
得斷絶但當曉知其本自當斷止其意不復
生為道當熟明此意若不明知此但自勞傷
其精神耳夫為道既知此情欲當復解知道
德經行之法夫道者謂道路也經者謂徑路

也行者謂行步也德者謂爲善之功德也法
者謂有成道經可修讀而得道也謂有成道
路之徑可隨而行之夫有德之人念施行諸
善行者謂舉足從徑行乃得大道此欲賢者
因經法思念十善施行功德功德已行爲得
道譬如舉足因成之徑行步以前當得大道
假令人堅坐在家殊不行步何時得道賢者
若不思經法施行功德何能得道乎人爲道
但守一不移而不作功德譬若人生在家未
嘗出入不能見道路也愚者雖守道不作功
德亦不能得道也故老君作道經後作德經
使忠信者奉行之假令但守道便可得逕聖
人但作一言之訣何須並作諸經云耶
夫道得三乃成故言三合成德自不滿三諸
事不成夫三者謂道德人也人爲一當行功
德功德爲二功德行乃爲道道爲三如此人
入道德三事合乃可得若有人但作功德不
曉道而無功德亦不得道也若但有道德而
無人人亦不得道也譬若種穀投種土中不
得水潤何能生乎譬若釀酒有麴有米而無
水何猶成酒乎譬若有君臣而無民當何等
牧乎譬若有火有水而無穀食人當何以自
活乎譬若有車有馬而無人御之何能自隨
行乎如此譬喻皆得三乃能成道
夫道者有三三一爲三一爲三皇爲三神爲
三太一三太一謂上太一中大一下太一爲
三元其三元各自有三三一如此三三之一
爲九一故有九宮從一始到九終九陽氣從
十月冬至始生黃泉之下到新年六月更終
從十月到六月合爲九月陽氣便終故陽數
九故言九天子午亦數爲道當知此九一之
變化始終之上下
夫人形體爲一神爲二炁爲三此三三一乃
成人又神爲一炁爲二精爲三此三三一乃
復成神又天爲一地爲二人爲三此三三一
乃復成道德天地之本三一者謂虛爲一虛
中有自然已立身也亦道君亦元陽子丹也
亦貴人也亦神人也其左方之一者亦天也
亦日也亦父也亦陽也亦得也亦師也亦魂
也爲人主作政也其右方之一者亦地也亦

月也亦母也亦陰也亦形也亦司命鬼爲邪
爲魔主爲人作邪惡賢者當曉了此三三一
分別善惡邪正覺知此者便能得道
夫道當曉知此左右之一善惡之救中央之
一正自我身神者即道子也左右之一輔相
我爲善惡左方之一日月開告我爲善其功
德日日盛强我使爲正道右方之一不能復
持邪事反來我也不能使我爲惡也右方之
一日日教告我爲惡事牽引我惡日日深大
○便當屬邪右方之一此爲屬邪日與惡通○賢
者爲道但曉知其道而不作功德便當屬邪
不能自出於邪部界邪則日日迷亂入便瞞
冥怒作妄語邪精邪鬼神日來附近人賢者
不曉此邪而强爲靜閉塞耳目欲斷情欲此
諸邪鬼便姦亂人又爲人造作邪念前念適
滅後念復起如此之間無有解已若有功德
之人至於靜時便爲左方之一不能持邪事
來干亂人也以是言之無功德之人而强爲
靜欲斷情欲則終爲邪所亂情欲不得定也
夫自然有三法守太虛無頭高學功德之人

解道根元深洞微妙曉知三元九一之變化
玄中之玄始祖無中之無極道知其所始見
其所終天地人物皆各有形物既有形故有
成敗死生精神無形展轉變化故無止故曰
常在不惑世所開不迷世所知能知之明覺
虛無之自然故澹泊無憂喜情欲不能傾所
以者何此人但曉解其本故不惑其末但爲
與人並有內形耳智慧無窮極此乃爲虛無
也亦從學而知之非有素自然也其靜守道
時當少食正閉耳目還神光明者絳宮絕去○
○諸念不得强有所視思想也久久喘息稍微
從是以往不復自覺喘息泊然不自知有身
無身從是以往爲得定道之門道者虛也當
爾之時神在天上虛無中左顧右視但皓然
正白中無所見有狀如雨雪時四向樹亦白
山亦白地亦白一切都白皆無所見所以者
何神出天上前向視不復見日月星宿山川
河海如此爲復命返道還入虛無也若得是
當下視乃見天下諸事便當廻心念師言爲
道當濟度天下但見是念故使止前所見白

更冥神使來還形中不如此者神使入道中散形與道合便爲天下骨肉形便踏跡故老君曰知白守黑爲天下式見白者爲見空守黑者發心下観念天下以有之故便冥是謂守黑爲天下式謂神還形中長在天下爲人

道師是謂大虛無之自然也夫守中自然之法不能曉知天地人物所從出不能知道之根源變化所由緣不能及不能知虛空之事其所見聞心便疑惑怪之且迴然不知道獨坐無能生於自然直受師言告身中道云言

○當守神者亦當除情欲閉塞耳目還神絳宮下視崑崙山或有教令將神昇崑崙山視其上想見中黃道君始時想見久而見之久久悉見諸神與神語言講說天上事無復有世俗之念身中骨腦血日變成萬神盛强共舉身而上天受籙署不得下在人間此謂眞人道也名曰中虛無之自然也

夫守小虛無自然之法亦當除去情欲閉塞耳目還神絳宮下視崑崙山和合天地日月陰陽雌雄魂魄之精炁以養眞人以吾身陰陽炁變精骨潤光便生毛羽飛上五山時有來使按行民間亦不得久止也此謂小虛無自然也

夫從此大虛無中虛無小虛無以下便有爲之法不及虛無也

夫有爲者謂曆藏導引動作諸氣飛丹合藥吞符跪拜帶印禁忌隨日時王相厭祭名號精靈使人解占候此謂有爲不能知道何所謂也亦有得仙亦有住年亦有得尸解從此已下便爲見道非得長生也

○夫得大虛無自然之道者不屬天但屬道君耳便能散形與道合能變化聽視無方所在作爲欲得此道者當行道教化作功德奉行經誡手等其心無所貪著無親無踈一心等之如天如地不得殺生所以者何夫蜎飛蠕動之類道皆形之大虛無象有曉道而殺生者爲害道是以禁之其守中自然者爲守中神尚頗有殺生所以者何神有虛無所以有虛形故有食有殺生祀祭道無有故無祭祀不殺生

夫得道者但能已得夫人耳目聽有聲之聲
見有形之形不能聽視無形無聲也所以者
何神赤赤者陽陽者離離爲日爲目但能見
前不能見後亦不能見頭上日者天目也但
能照天內不能照天外也亦不能照覆冥之
中是以得神道上天者但能以天耳夫道耳
目所聽視無前無後無覆冥無障蔽洞徹見
無數天下事能聽無聲之聲能見無形之形
夫作仙道者當故持天耳目聽視乃能有所
見假令不故持天耳目聽視但獨見目前事
。所以者何仙人持骨肉去故
夫欲知神何以養象神赤但有光以光爲虛
形譬若鏡中水中所見景是爲無所有其所
治止常在天上爲生君其壽有劫數終不得
在人間也其天上壽續盡當復入五道更形
生死知故耳或時壽盡取道便滅矣
夫眞人者有形影屬天爲吏壽歲有萬數治
天上時時有來使人間天上壽盡便或上補
神人則不入五道中受形生死矣
夫守太無得自然之道住身天上劫有千

數壽盡緣花滅神亦盡神續入五道中受形
生死知故天神都無死生也但展轉在五道
耳唯有朕兆常知智神譬如火滅無所復有
故取道夫爲道所已神有滅盡者何此皆道
人爲不曉知道本空靜專心守空便著空使
人空滅盡
夫守神之人不能知曉道本空靜但自信有
不信無以故自守神爲守有爲著不還道何
以故神展轉入五道中無有滅盡時唯有善
。譬最爲功覺有曉了知道本空靜亦不守有
亦不守無亦不念實亦不念空適在三界中。
間有慈哀之心欲度脫勤苦者不肯入空取
道因是乃有功德便自然之道無有壽也亦
不復入五道生死亦不滅盡常在久後功滿
當補道君賢者爲道當熟解此意當知優劣
各有所致到賢者學道若知技術自謂深足
不肯從辯問窮究淵深是不知道乃獨各自
用有所致到深淺微妙不齊等聞仙便呼得
道賢者學道譬若上山下視言稱是高徑往
上至頂乃復前有高處往上高頂直復見前

有高高處學道亦如此從小師學道得至中師見大師乃知道根元以是言之學不可学爲足也當努力求明師爲道切若言爾等何不取大道乎而於小道止是闇冥淺近哉

夫賢者學道不廣聞深見更聞衆師者此人學不足言也夫日月不高所照不遠江海不廣不能含納出名寶學之人譬若陂中魚遊到池四塞之下自謂窮盡天下之水終日終夜不能學大水之魚交會語言不知外乃有

○江湖淮濟河海恒溺之水也譬若深山中有癡人從生至老不行出入無所見聞安知外○方人士之學問尊卑差序車馬衣服鮮綺甘香乎譬若學經書之人但聞天下九州共一天子云言四邊但有夷狄以謂天地界際極盡於此安能知其外復何等有乎學道亦如此從師受道以謂盡於此安能如學道修行書不能記載也

夫學仙道自謂爲足定得飛仙上天乃自知道不及眞人也學眞人道亦自謂爲足定得眞人乃自知道不及神人也學神人道亦自謂爲足定得神人乃自知不及大道也學既得大道之中當復有尊卑者謂知不等也是以言之學學無有極天下神尚後行從君學道何況內政誠神光明變化各有所主有所入各有所致

夫爲太虛無之道得無象無聲教無思想都無識合之欲守時亦法教道不得取景夢彼効也或時神相見尚不得與神共語言所以者何或有邪神來試人此處無象自然求道不求神也略小取大故可得自然故老君曰○

○有光而不耀謂欲養其光明至於徹視不欲小電耀光精獨與一神相見也如此不能悉見天下之事矣

雲笈七籤卷之十

宋朝散大夫充集賢校理臣張君房奉勅撰

三洞經教部

經

上清黃庭內景經

梁丘子注釋敘

夫萬法以人為主人則以心為宗無主則法不生無心則身不立心法多門取用非一有無二體隨事應機故有凡聖淺深愚智真假莫匪心神辯識運用之所由也但天下之道殊塗而同歸百慮而一致從麤入妙捨實則有二階即跡符真是非同乎一見黃庭內景經者東華之所秘也誠學仙之要妙羽化之根本余黎習未周而觀想粗得裁窺品模擬一形義有四宗會明七字指事象論內外兩言紬聰還體之餘任達從吟之暇竊筆摩靈解貽原筮

務成子注敘

扶桑大帝君命暘谷神仙王傳魏夫人

暘谷神王當是大帝之臣授此經之時與肖畫君供來夫人初本修武縣中也

黃庭內景者

脾為黃庭命門明堂中部老君居之所以云黃庭內人服錦衣也自臍後三寸皆號黃庭命門故下一云命門中有黃庭元王玄關大君又云坐當命門猶如頭中亦守為泥丸洞房中也此經以虛無為主故用黃庭標之耳其景者神也其經有十三神皆身中之內景名字又別有老君外景經與云黃庭內外循于云黃庭內經外經者皆是也此神名與八景不同又逝述有無者蓋所施用處異也名服既殊源本亦別太極太微者品號域也

一名太上琴心文

琴和也誦之可以和六府寧心神使得神仙此十七字本經所注也

一名大帝金書

扶桑大帝君宮中盡誦此經以金簡刻書之故曰金書此二十一字本經所注也

一名東華玉篇

東華者方諸宮名也東海青童君所居也其中玉女仙人皆誦詠之剋玉書之爲玉篇此三十三字本經所注夫此二宮之神仙猶誦之者非復以辟邪正謂和神耳但誦萬徧畢當得洞經不信此義亦爲一滯也

當清齋九十日誦之萬遍

此謂先齋九十日乃就誦之非九十日齊令誦得萬遍也誦日數無定限若專此一法日夜自可二十遍若兼以餘事者乘閑正可四五遍耳計得十遍亦可依法經拜若循限既畢未能通感者但更精心誦之勿便止也

使調和三魂制鍊七魄除去三尸安和六府五藏生華色反孩童百病不能傷災禍不得干萬遍既畢自然洞觀鬼神內視腸胃得見五藏其時當有黃庭真人中華玉女教子神仙焉此不死之道也

臨目外觀則鬼神操形接手內視則藏腑洞別乃得表裏無隔精真降靈然後累受玄教施行妙訣也既曰不死則天地長存復何索乎

子有仙相得吾此書

吾者應是暘谷神王自稱也

此文羅列一形之神室處胎神之所在耳

於形中諸神乃不都盡而自其室宅亦備密矣密矣胎神即明堂三老君所謂胎靈大神也此最爲黃庭之本

恒誦詠之者則神室明正胎真安寧靈液流通百關朗清血髓充溢腸胃虛盈

無復滓穢爲虛津液常滿爲盈所謂六氣盈滿神明靈也

五藏結華耳目聰明朽齒白髮還黑更生所以卻邪癘之紛若者謂我已得魂精六緯之姓名也

紛若者猶亂雜也今五藏并膽是爲六緯並神魂之精爽矣

形充魂精而曰欲死不可得也故曰內景黃庭爲不死之道

人之死也常本形神相離今形既恒充則

神棲而逸神既常寧則形全無致兩者相
守死何由萌雖曰欲逝其可得乎此道乃
未能拄景登虛高實上清而既無死患形
固神凝內徹身靈外降矣至隱芝大洞於
是而至端生相與不俟遊涉登躡之妙豈
復踰此
受者齋九日或七日或三日然後受之授者
為師受者奉焉
此師及弟子俱應結齋齋日多少隨其身
事若履涉世塵宜須積日自潔其山居清
整者三日便足也
結盟立誓期以勿泄古者盟用玄雲之錦九
十尺金簡鳳文之羅四十尺金鈕九雙以代
割髮歃血勿泄之約此物是神鄉之奇帛非
赤縣之所有也今錦可用白綃羅可用青布
鈕可用金鐶亦足以誓信九天制告三官矣
諸經中信用金龍玉魚之例多是實貴非
寒棲能辦故許聽以世中易得物比之今
羅錦異類事絕人工理宜准代猶應選拯
精潔者爲九丈當使連纖銀小細於鈕以

上金九分作九雙於豐儉為適
皆奉有經之師散之寒棲違盟負約七祖受
考於陽谷河源身為下鬼考於風刀
陽谷神仙王口訣此七字本經中所注
一人受書得傳九人
諸經多云七百年傳三人此非世上之格
今此雖限人數不制年期當是止就一生
之身為言也
審視形氣必慈仁忠信耽玄注真不毀真正
敬樂神仙者乃可示耳自非其才是為漏泄
謹量可授亦誠難也
人雖不可常保或始勤而末怠初善而後
惡但本性既能慈仁惠信耽玄樂仙應當
無復為過咎矣此六德則未可全親故後
云宰慎密之
又當先求感應推訊虛靈者乃佳也審可傳
者亦將得夢以告悟臨時之宜亦玄解於心
矣宣泄之科既重傳之者良為嶮巇有黃庭
內經之子宰慎密之
清虛真人口訣夫內景黃庭經者扶桑太

帝君之金書錄真秘之言矣二十六字本經
所注象此二篇是說得授科格非扶桑東
華金書玉字本文止是二臣授南真時口
訣故並題注言之也
讀黄庭内景經者常在别室燒香潔淨乃執
之也
凡欲讀此經皆當如此施高座東向燒香
沐浴束帶舒經於案幣之上微其音響冷
諷所詠無使輟誤輟誤之時當依消摩法
重却前三十字更讀也記其遍數十遍則
應起拜
諸有此經能辟百邪若入山林空閒之地心
中震怖者正心向北讀内經一遍即神靜意
平如與千人同旅而止
邪却則神安故無復疑懼之患
能讀之萬遍自見五藏腸胃又見天下鬼神
役使在已
内視既朗則外鑒亦徹玉女尚來降授鬼
神何足役使也
若因病者心存讀之垂死亦愈
不能執書故心存讀之若不堪首尾周遍
但取神名處誦之消于云靈元是肝神長
四寸坐肝上如嬰兒着黄衣位為中部明
堂老君若體中有疾及飢飽不和適之時
但存中部老君之服色使髣髴在肝三呼
其名畢咽液七過萬病如願也此即經中
所云三呼我名神自通者也
大都通忌食六畜及魚膟肉
六畜牛馬猪羊鷄犬之屬膟當爲生膟耳
故爲禁也
忌五辛
生葱蒜薤韭葫荽也
淹污之事
世間所可爲淹穢事者皆宜避之不復曲
辯之也
若脫履淹污之者沐浴盥漱燒香於左讀經
一遍百痾除也
其餘飲食所忌學者本不待言若脫遇淹
穢則可以桃竹而解之燒香於左以陽消
陰若不如此則當致故氣百痾難除矣挾

經後云入室東向讀玉篇而序云北向讀內景經一過者此謂却邪祈恩時與和神召靈時異也今若依法恒讀自可依前所注東向之事也又小君言山世遠受孟先生法暮卧先讀黃庭內景經一過乃眠使人魂魄自制但行此二十一年亦仙矣是為合萬過也夕得三四過乃佳北岳蔣夫人云讀此經亦使人無病是不死之道也如此暮臨卧每燒香東向於寢床而誦之旦夕一過者至二十七年正得萬過耳今云二十一年或是字誤若不爾則夕不怯。一過也故復云夕三四過乃佳計此十遍畢亦可種所以云萬過亦是取其限義也讀不息數患人不能勤耳

釋題

黃庭內景

黃者中央之色也庭者四方之中也外指事即天中人中地中內指事即腦中心中脾中故曰黃庭內者心也景者象也外象諭即日月星辰雲霞之象內象諭即血肉筋骨藏府之象也心居身內存觀一體之象色故曰內景也

誦黃庭經訣

入室誦黃庭內景玉經當燒香清齋身冠法服入戶北向四拜長跪叩齒二十四通啓曰上啓高上萬真玉晨太上大道君臣今當入室誦詠玉經鍊神保藏乞胃宮榮華身得乘虛上拜帝庭畢次東向揖四太帝又叩齒十二通啓曰上啓扶桑太帝暘谷神王臣某甲今入室披詠玉經乞使靜室神芝自生玉華寶輝三光洞明萬遍胎仙得同帝靈呪畢東。向誦經十過為一過便還北向四拜東向四揖不須復啓

上清黃庭內景經

上清章第一

上清紫霞虛皇前太上大道玉晨君

上清者三清名也虛皇者紫清太素高虛洞曜三元道君內號也太上即高聖太真玉晨玄皇大道君也理在上清協晨觀蘂珠之房紫霞煥落瑞氣交映也

閑居蘂珠作七言

蘂珠上清境宮闕名也述作此經皆以七言為句也

散化五形變萬神

散化形體變通萬神明此經秘妙矣

是為黄庭曰内篇

是言歎美又曰内篇也

琴心三疊儛胎仙

琴和也三疊三丹田謂與諸宮重疊也胎仙即胎靈大神亦曰胎真居明堂中所謂三老君為黄庭之主以其心和則神悦故儛胎仙也

九氣映明出霄間

九天之氣入於人鼻周流腦宮映明上達故曰出霄間九天生神經曰三元育養九氣結形

神蓋童子生紫煙

神蓋謂眉也童子目神也紫煙即目光氣也

是曰玉書可精研詠之萬過昇三天

此經亦曰玉書謂精心研虔誦滿萬遍即自昇天矣三天者太清上清玉清也

千災以消百病痊不憚虎狼之凶殘亦以却老年永延

真經事重持誦蒙恩災病自除虎狼不犯衰年轉少壽命延長道經曰攝生者毒蟲猛獸不搏也此一章初説經之旨也此經蓋是太上弟子所撰記耳猶如孝經禮記稱孔子閑居也

上有章第二

上有魂靈下關元

魂魂魄也靈胎靈也魂在肝魄在肺胎靈在脾關元臍也臍為受命之宮則魂魄在上關元居下

左為少陽右太陰

少陽左目也太陰右目也

後有密戸前生門

密戸腎也腎為藏精宮當密守之使不躁泄生門命門也

出日入月呼吸存

謂常存日月於兩目使光與身合則通真矣九真中經曰夜半生氣或鷄鳴時正坐閉氣存左目出日右目出月兩耳之上爲六合高牕令日月使照一身內徹泥丸下照五藏腸胃之中了了洞見內徹外合一身與日月光共合良久叩齒九通咽液九過微祝曰太上玄一九皇吐精三五七變洞觀窈冥日月垂光下徹神庭使照六合太一黃寧帝君命簡金書不傾五老奉符天地同誠使我不死以致真靈却遏萬邪禍害咸平上朝天皇還老返嬰太帝有制百神敬聽

四氣所合列宿分

四氣四時靈氣也列宿三景也謂常存元氣合於身兼思日月斗星分明煥照久則通靈

紫煙上下三素雲

三素者紫素白素黃素也常存三元妙氣上下在身則形神通感

灌溉五華植靈根

五華者五方之英華即氣也靈根舌本也謂漱咽津液兼吸引五氣而脉之則靈根永存神府清暢

七液洞流衝廬間

廬間兩眉間謂額也七液者謂四氣三元結成靈液流潤藏府氣衝腦盛也

迴紫抱黃入丹田

丹田上丹田在兩眉間却入三寸之宮即上元真一所居也紫黃者三元靈氣也

幽室內明照陽門

幽室腎也陽門命門也謂存念腎藏令其內明專氣保精無使泄散朗照內外兼守命門也此一章先說黃庭官府所在氣液周流上下相通

口爲章第三

口爲玉池太和官

口中津液爲玉液一名醴泉亦名玉漿貯水爲池百脉調柔五藏和適皆以口爲官主也一本有作太和宮於文韻不便也大洞經云心存胃口有一女子嬰兒形無衣

服正立冐營張口承注䰟液仰吸五氣當
即漱滿口中内外津液滿口咽之遣直入
玄女口中五過畢叩齒三通微呪曰玉清
高上九天九靈化液在玄下入胃清金和
玉映心開神明服食日精金華充盈
十二

漱咽靈液災不干
靈液眞氣邪不干正
體生光華氣香蘭
不食五穀無穢滓也
却滅百邪玉鍊顔
肌膚若氷雪綽約若處子
審能修之登廣寒
廣寒北方仙宮之名又云山名亦曰廣霞
洞眞經云冬至之日月伏於廣寒之宮其
時育養月魄於廣寒之池天人採青華之
林條以拂日月光也
晝夜不寐乃成眞
勤修靜定則爲眞人
雷鳴電激神泯泯
泯泯取平聲讀調神理氣䰟魄恬愉雖遇

震雷而不驚惕又曰雷鳴電激爲叩齒存
思乃是神用不得言泯泯

黄庭章第四

黄庭内人服錦衣
黄庭内人謂道母黄庭眞人謂道父人身
十三
備有之錦衣具五色也即謂五藏之眞氣
也三庭之中備有之
紫華飛裙雲氣羅
十方經云高上玉皇衣文明飛雲之裙即
神仙之所服也
丹青綠條翠靈柯
五色雜氣共生枝條仙衣之飾
七蕤玉籥閉兩扉
外象論也七竅開闔以諭關籥用之以道
不妄開也蕤籥之飾存神必閉目故名曰
閉兩扉也
重扇金關密樞機
金取堅剛也故經云善閉者無關揵而不
可開言養生者善守精神不妄泄也
玄泉幽闕高崔巍

玄泉口中之液也一曰玉泉一名醴泉一名玉液一名玉津一名玉漿兩眉間為闕庭兩腎間為幽闕如門之左右象魏中間闕然為道腎在身中故曰幽闕也據腎在諸藏之下而云高者形狀存神即在丹田之上故言高也

三田之中精氣微

內指事也丹田之中神氣變化感應從心非有無不可為象也從麤入妙必其有係故以氣言之氣以心為主因主立象至精至微不可數求也道樞經云天有三光日月星人有三寶三丹田三丹田中氣左青右黃上白下黑也

嬌女窈窕翳霄暉

眞誥云嬌女耳神名言耳聰朗徹明掩玄暉也

重堂煥煥明八威

重堂喉嚨名也一曰重樓亦曰重環本經云絳宮重樓十二級絳宮心也喉嚨在心上故曰重堂喉嚨者津液之路流通上下

溢榮一體煥明八方八卦之神曰八威也

天庭地關列斧斤

兩眉間為天庭紫微夫人祝曰開通天庭使我長生列斧斤言勇壯

靈臺盤固永不衰

心為靈臺言有神靈君之靜則守一動則存神體安不衰竭矣

中池章第五

中池內神服赤珠

膽為中池舌下為華池小腹胞為玉池亦三池之通名膽部曰龍旂橫天擲火鈴赤珠者火鈴之服

丹錦雲袍帶虎符

丹錦雲袍心肺之色在膽之上故曰雲袍符命也九眞經云皇老君佩玄龍神虎符帶流金之鈴玉道君之服也

橫津三寸靈所居

內指事也臍在胞上故曰橫津臍下三寸為丹田眞人赤子之所居也

隱芝翳鬱自相扶

謂男女之形體也陰陽交合自然之道按內外神芝訣云五藏之液爲內芝內芝則隱芝也又云隱奥者也

天中章第六

天中之岳精謹修

天中之岳謂鼻也一名天臺消魔經云鼻欲數按其左右令人氣平所謂灌溉中岳名書帝錄

雲宅旣清玉帝遊

面爲雲宅一名尺宅以眉目鼻口之所居故爲宅也修之清通則神仙矣洞神經曰面爲尺宅字或作赤澤

通利道路無終休

太素丹景經曰一面之上常欲兩手摩拭之高下隨形不休息則通利耳目鼻口之氣脉

眉號華蓋覆明珠

明珠目也

九幽日月洞空無

五辰行事訣云眉上直入一寸爲玉璫紫闕左日右月又玉曆經云太清上有五色華蓋九重人身亦有之當存目童如日月之明也

宅中有眞常衣丹

眞謂心神即赤城童子也亦名眞人亦名赤子亦名子丹心存見之常在目前與心相應衣汙象心氣赤色也

審能見之無疾患

元陽子曰常存心神則無病也

赤珠靈裙華蒨粲

玄府之象也外喻也

舌下玄膺生死岸

內指事也玄膺者通津液之岸也本經云玄膺氣管受津府

出青入玄二氣煥子若遇之昇天漢

謂吐納陰陽二氣煥然者明也人能善遇吐納之理則成天仙矣

至道章第七

至道不煩訣存眞

專心則至

泥丸百節皆有神
神者妙萬物而爲言因象立名則如下説
髮神蒼華字太元
白與黑謂之蒼最居首上故曰太元
腦神精根字泥丸
丹田之宫黄庭之舍洞房之主陰陽之根
泥丸腦之象也
眼神明上字英玄
目諭日月在首之上故曰明上英玄童子
之精色内指事也
鼻神玉壟字靈堅
陰壟之骨象玉也神氣通天出入不竭故
曰靈堅
耳神空閑字幽田
空閑幽静聽物則審神之所居故曰田也
舌神通命字正倫
咽液以舌性命得通正其五味各有倫理
齒神崿鋒字羅千
牙齒堅利如劔崿刀鋒摧羅衆物而食之
也

一面之神宗泥丸
腦中丹田百神之主
泥丸九眞皆有房
大洞經云三元隱化則成三宫三三如九
故有三丹田又有三洞房合上元爲九宫
中有九眞神三九二十七神氣相合人當
存見之亦謂天皇九魂變成九氣化爲九
神各居一洞房
方圓一寸處此中
房有一寸故腦有九宫
同服紫衣飛羅裳
九眞之服皆象氣色飛穉輕也
但思一部壽無窮
存思九眞不死之道也
非各别住俱腦中
丹田之中衆神所居
列位次坐向外方
神繞丹田而外其面以扞不祥八素經云
眞有九品向外列位則當上眞上向高眞
南向太眞東向神眞西向玄眞北向仙眞

東北向天眞東南向靈眞西南向至眞西北向天眞者不視而明不聽而聰不言而正不行而從

所存在心自相當

心存玄眞內外相應

心神章第八

心神丹元字守靈

內象喻也心爲藏府之元南方火色棲神之宅故言守靈也

○肺神皓華字虛成

肺爲心之華蓋皓白也西方金之色肺色○白其質輕虛故曰虛成也

肝神龍煙字含明

肝位木行東方青龍之色也於藏主目日出東方木生火故曰含明

翳鬱導煙主濁清

翳鬱木象也得火而煙生得陽而氣生清則曰明濁則目暗有別本無此一句

腎神玄冥字育嬰

腎屬水故曰玄冥腎精爲子故曰育嬰也

脾神常在字魂停

脾中央土位也故曰常在即黃庭之宮也脾磨食消神康力壯故曰魂停

膽神龍曜字威明

膽色青黃故曰龍曜主於勇悍故曰威明外取東方青龍雷震之象也

六腑五藏神體精

皆係一身廢一不可故曰神體精心肝肺腎脾爲五藏膽胃大腸小腸膀胱三焦爲六府所言府者猶府邑之府取中受物之○

○義故曰府也藏者各是一質共藏於身謂之藏也言三焦者多矣而未的言其所在蓋心肝肺三藏之上係管之中爲三焦中黃經云肺皆爲三焦當指其所也又據五方之色脾爲黃應爲五藏之主而今共以心爲主者何也答曰心居藏中其質虛受也夫虛無者神識之體運用之源故稱方而得其主動用而獲其神不可以象數言不可以物類取也

皆在心內運天經

五藏六府各有所司皆有法象同天地順陰陽自然感循之道故内運天經也

晝夜存之自長生

依上玉神脉色忍存不捨不死之道也仙經曰存五藏之氣變為五色雲常在頂上覆蔭一身日居於前月居於後左青龍右白虎前朱雀後玄武即去邪長生之道也

肺部章第九

肺部之宮似華蓋

金宮也肺在五藏之上四垂為字也

下有童子坐玉闕

童子名皓華肺形如蓋故以下言之玉闕者腎中白氣上與肺連也

七元之子主調氣

元陽子曰七元之君負甲持符辟除凶邪而布氣七竅主耳目聰明七元七竅之元氣也

外應中岳鼻齊位

中岳者鼻也又為腦也腦為崑崙之山鼻為七氣之門位猶主也

素錦衣裳黃雲帶

素錦衣裳肺膜之色也黃雲帶者肺中之黃脉蔓延羅絡有象雲氣

喘息呼吸體不快

有時而然

急存白元和六氣

白元君主肺宮也大洞經云白元君者居洞房之右是也

神仙久視無災害

邪不干正

用之不已形不滯

常存此道形氣華榮至誠感神之所致也

心部章第十

心部之宮蓮含華

火宮也心藏之質象蓮華之未開也

下有童子丹元家

心神丹元字守靈神在心内而云下者據華蓋而言

主適寒熱榮衛和

寒熱陰陽靜躁之義也人當和適以榮衛

其身老子經云躁勝寒靜勝熱清淨以為
天下正
丹錦飛裳披玉羅
象心藏之色也有肺之白氣象玉羅
金鈴朱帶坐婆娑
金鈴肉藥之象朱帶血脉之象坐婆娑者
言神之安靜也九真經云黃老君帶流金
之鈴仙服也
調血理命身不枯
心安體和則無病矣
外應口舌吐五華
心主口舌吐納五藏之液辨識五行之味
故言外應
臨絶呼之亦登蘇
人有病元當存丹元童子朱衣赤冠以救
護之也
久久行之飛太霞
常行此道能獲飛仙
肝部章第十一
肝部之中翠重裹

木宮也肝色蒼翠大小相重之象也
下有青童神公子
肝東方木位主青故曰青童左位為公子
公子一名含明上有華盖故曰下
主諸關鏡聰明始
於時主春青陽之本始於竅主目五行之
關鏡故曰聰明之始
青錦披裳佩玉鈴
青錦肝之色玉鈴白脉垂之象也昇玄經
云三天玉帝帶大玉之珮素靈經云靈羅
君衣青錦羊裳皆神仙之服也
和制魂魄津液平
內指事也東春和煦萬物生成
外應眼目日月清
肝位屬眼象日月明
百痾所鍾存無英
左為無英肝神在左故存之一本為无英
无英者物生之象也
同用七日自充盈
五藏兼在故言同用七日為一竟一竟一

復也故周易曰七日來復是也
垂絶念神死復生
存念青衣童子形如上說
攝魂還魄永無傾
太微靈書云每月三日十三日二十三日
夕三魂素身遊外攝之者當仰眠去枕伸
足交手心上瞑目閉氣三息叩齒三通存
心中有赤氣如雞子從内出於咽中赤氣
轉大覆身變成火以燒身使市覺體中小
熱呼三魂名曰爽靈胎光幽精即微呪曰
太微玄宮中黄始青内鍊三魂胎光安寧
神寳玉室與我俱生不得妄動鑒者太靈
若欲飛行唯詣上清若有飢渴得飲玄水
玉精又每月朔望晦日七魄流蕩交通鬼
魅制檢還魄之法當此夕仰眠伸足掌心
掩兩耳令指相接於項上閉息七通叩齒
七通心存鼻端白氣如小豆大須臾漸大
冠身上下九重氣忽變成兩青龍在兩目
中兩白虎在兩鼻孔中皆向外朱鳥在心
上向人口蒼龜在左足下靈蛇在右足下

兩玉女著錦衣手把火光當兩耳門畢咽
液七過呼七魄名曰尸苟伏矢雀陰吞賊
非毒除穢臭肺即微呪曰素氣九回制魄
邪姦天獸守門嬌女執關鍊魄和柔與我
相安不得妄動看察形源若有飢渴聽飲
月黄日丹

豆　五十四

腎部章第十二

腎部之宮玄闕圓
水宮也玄闕圓者腎之形狀也玄水色内
象諭也
中有童子冥上玄
腎為下玄其神玄冥字育嬰心為上玄上
玄幽遠氣與腎連故言冥上玄
主諸六府九液源
五藏六府九液交連百脉通流廢一不可
六府如上說九液九竅之津液
外應兩耳百液津
腎宮主耳氣衰則聾陰陽和合血液流通
蒼錦雲衣舞龍幡
蒼錦腎色之象也雲衣腎膜之象也龍幡

青脉之象也九真經云道君服青錦衣蒼華之裾也
上致明霞日月煙
腎氣充足耳目聰明陰陽不爽外象諧也
百病千災急當存
元陽子曰寒暑相生男女相形腎中二神常衣青左男氣日右女氣月存想見之則尤無災患者也
兩部水王對生門
腎藏𠕋對故曰兩部腎宫水王則化爲赤子故曰對生門
使人長生昇九天
赤子化爲真人而昇九天者謂九氣青天其氣主生者也

脾部章第十三

脾部之宫屬戊巳
土宫也戊巳中央之辰也
中有明童黄裳裏
明童謂魂侍黄裳土之色
消穀散氣攝牙齒
脾爲五藏之樞脾磨食消散氣乃全齒爲脾干故攝牙齒
是爲太倉兩明童
太倉肚府此明童謂肚神神名混康
坐在金臺城九重
注念存思神狀當然
方圓一寸命門中
即黄庭之中丹田之所也
主調百穀五味香
口中滋味脾磨之所致也
辟却虚羸無病傷
内指事也食消故也
外應尺宅氣色芳
尺宅面也飢飽虚羸形乎面色
光華所生以表明
亦知虚實
黄錦玉衣帶虎章
脾主中黄謂黄庭真人服錦衣也玉清隱書云太上道君佩神虎大章也
注念三老子輕翔

三老謂元老玄老黃老之君也含脾中真人自然變化子謂受黃庭之學

長生高仙遠死殃

莊子曰方生方死方死方生方可方不可方不可方可以此而談其理均也故長生者不死寂滅者不生不死不生則眞長生不生不死則眞寂滅何死殃之所及也

膽部章第十四

膽部之宮六府精

膽胃大腸小腸膀胱三焦爲六府也太平○

○經云積清成精故膽爲六府之精也

中有童子曜威明

又云膽神龍曜字威明勇捍之義也

雷電八振揚玉旌

八方雷震有威怒之象也玉旌則氣之色也

龍旂橫天擲火鈴

膽青龍之色旌旂威戟之具也火鈴者膽邊肉珠之象也怒則奮張故言擲也

主諸氣力攝虎兵

膽力牙用主於捍禦故攝虎兵

外應眼童鼻柱間

內指事也心之喜怒形於眉目之間

腦髮相扶亦俱鮮

人之震怒髮上衝冠

九色錦衣綠華裙

青錦東方九氣之色也綠華裙膽膜之象

佩金帶玉龍虎文

膽神威明之服飾也

能存威明乘慶雲

內象喻也思存膽神不倦則仙道可致也○

○役使萬神朝三元

三元遺君各處三清之上諸天神仙並朝宗之故也

脾長章第十五

脾長一尺掩太倉

太倉胃也中黃經云胃爲太倉君元陽子曰脾正橫在胃上也

中部老君治明堂

脾黃庭之宮也黃老君之所治上應明堂

君間入一寸是也
厥字靈元名混康
脾磨食消内外相應大腸爲胃之子混元
而受納之康安也
治人百病消穀粮
胃宮榮華則無病傷

黃衣紫帶龍虎章
脾居胃上故曰黃衣也紫帶龍虎云胃絡
之象
○長精益命賴君王
太倉混康爲君爲王
三呼我名神自通
存思胃府之神則心虚洞鑒也
三老同坐各有朋
上元老君居上黃庭宮與泥丸君蒼華君
青城君及明堂中君臣洞房中父母及天
庭眞人等共爲朋也又中玄老君居中黃
庭宮與赤城童子丹田君皓華君含明君
玄英君丹元眞人等爲朋也下黃老君居
下黃庭宮與太一君魂停君靈元君太倉

君丹田眞人等爲朋也常存三老和合百
神流通部位營衛無有差失也
或精或胎別執方
玉曆經云下丹田者人命之根本精神之
所藏五氣之元也在臍下三寸附著脊號

爲赤子府男子以藏精女人以藏胎主和
合赤子陰陽之門戶也其丹田中氣左青
右黃上白下黑
桃孩合延生華芒
○桃孩陰陽神名亦曰伯桃仙經曰命門臍
宮中有大君名桃孩字合延衣朱衣巾紫
芙蓉冠纂卧存之六甲六丁來侍人也生
華芒謂陰陽之氣不衰也
男女徊九有桃康
男女合會必存三丹田之法桃康下神名
主陰陽之事徊三爲九故曰徊九大洞眞
經云三元隱化則成三宮三宮中有九神
謂上中下三元君太一公子白元無英司
命桃康各有宮室故曰有桃康
道父道母對相望

陰陽兩半成一故曰相望

師父師母丹玄鄉

道爲宗師陰陽之主也丹玄鄉謂存丹田

法也

可用存思登虛空

學仙之道

殊途一會歸要終

合三以爲一散一以爲三道之要玄妙內

篇云兆欲長生三一當明

○閉塞三關握固停○

經云口爲天關精神機手爲人關把盛衰

足爲地關生命扉又臍下三寸爲關元亦

曰三關言固精護氣不妄施泄

含漱金醴吞玉英

金醴玉英口中之津液大洞經云服玄根

之法心存胃口有一女子嬰兒形無衣服

正立胃管張口承注嚥液仰食玉氣當漱

滿口中內外津液滿口咽之遣入玄女口

中五過畢叩齒三通咽液九過也

遂至不飢三蟲亡

洞神訣云上蟲白而青中蟲白而黃下蟲

白而黑人死則三蟲出爲尸鬼各化爲物

與形爲殃孽之衜破也其餘衆蟲皆隨尸

而亡故學仙者精謹備於五情之氣服食

藥物以去三蟲又云上尸彭琚使人好滋

味嗜欲癡滯中尸彭質使人貪財寶好喜

怒下尸彭矯使人愛衣服耽婬女色亦名

三毒

心意常和致欣昌

道通無疑

○五岳之雲氣彭亨○

五藏之氣爲五岳之雲彭亨流通無擁之

稱也

保灌玉廬以自償

玉廬鼻廬也言三蟲既亡真氣和洽出入

玄牝綿綿不絕故曰自償

五形完堅無災殃

五體五藏自然相應故也

上覩章第十六

上覩三元如連珠

三元謂三光之元日月星也非指上中下
之三元也
落落明景照九隅
三光在上而下燭九關九隅九方也言常
存日月洞照一身也
五靈夜燭煥八區
五靈謂五星也炳煥羅列一身常能存之
則與天地同休也
子存内皇與我遊
大道無心有感則應
身披鳳衣銜虎符
仙官之服御也
一至不久昇虛無
一者無之稱也學道專一與虛同體神仙
可致也莊子云人能知一萬事畢
方寸之中念深藏
方寸之中下關元在臍下三寸方圓一寸
男子藏精之所言謹閉藏之
不方不圓閉牖牕
方止圓動不動不静但當杜塞不妄洩也

三神還精老方壯
還精神於三田則久壽延年也
魂魄内守不爭競
魂陽魄陰各得其一故易曰一陰一陽之
謂道
神生腹中銜玉璫
腹心内明口吐珠玉拄五辰行事訣云兩
眉閒直上一寸入一寸為玉璫紫闕鶴觀
文意未應是此也
靈注幽闕那得喪
存神守一無橫夭也
琳條萬尋可蔭仗
外象諭也琳條玉樹萬尋高遠象身形同
真則神明之所庇蔭者也
三魂自寧帝書命
真道既成名書帝籙
靈臺章第十七
靈臺鬱藹望黄野
靈臺心也謂心專一存見黄庭則黄野也
三寸異室有上下

三丹田上中下三處各異毎室方圓一寸故云三寸今人猶謂心爲方寸即一所

間關營衛高玄受

三田之間各有關關營衛分部至高至玄心當受以存念之也

洞房紫極靈門戶

大洞經云兩眉直上却入三分爲守寸雙田入骨際三分有臺闕明堂正深七分左爲青房右爲紫戶却入一寸爲明堂宮左有明童眞君右有明女眞官中有明鏡神君却入二寸爲洞房左有無英君右有白元君中有黃老君却入三寸爲丹田宮亦名泥丸宮左有上元赤子右有帝卿君却入四寸爲流珠宮有流珠眞人居之却入五寸爲玉帝宮有玉清神母居之其明堂上一寸爲天庭宮上清眞女居之洞房上一寸爲極眞宮太極帝妃居之丹田上一寸爲玄丹宮中黃太一眞君居之流珠上一寸爲太皇宮太上眞君居之故曰靈門戶也

是昔太上告我者

我者扶桑大帝君自謂也言我道成昔承道君授以黃庭之術也言此道不遠止在丹田故却言是昔也

左神公子發神語

按大洞經云左有無英此云公子赤子言耳發神語者用心專一則教之以道

右有白元併立處

右爲學道者之侍者也

明堂金匱玉房間

皆上元之宮釋如下說也

上清眞人當吾前

上元部神想在天庭之際

黃裳子丹氣頻煩

謂中元童子處於赤城頻煩氣感不來竭

借問何在兩眉端

內俠日月列宿陳

明堂之前

五辰行事訣云太上眞人招五辰於洞房南極元君受傳毎夜半坐卧心存西方太

白星在兩眉間直上一寸入一寸為玉璿
紫闕左日右月又次存北方辰星在帝鄉
玄宮在髮際下五分直入一寸也又次存
東方歲星在洞闕朱臺洞闕朱臺在目後
一寸直入一寸是也又次存南方熒惑星
在玉門華房玉門華房在兩目背際直入
五分是也又次存中央鎮星在金匱黃室
長谷黃室長谷在人中直入二分是也存
之緩懸於上畢叩齒五通咽液二十五過
微咒曰高元紫闕中有五神實羅敷暉放
光衝門精氣積生化為老人首巾素容綠
被絳裙右帶流鈴左佩虎真手把天剛激
絳飛晨足躡華蓋吐芒練身三景保守令
我得眞奏魂制魄來飈飛仙是其事也內
象諭

七曜九元冠生門

七曜七星配人之七竅九元九辰配人之
九竅廢一不可故曰生門

三關章第十八

三關之中精氣深九微之內幽且陰

謂關元之中男子藏精之所也又據下文
口手足為三關又元陽子以明堂洞房丹
田為三關並可以義取而存之則成三宮
是名太清太素太和三二如九故有三丹
田又有三洞房合上三元為九宮中精微
故曰九微言九微幽玄而不可見也

口為心關精神機

言發於情樞機也

足為地關生命梁

言運用己身而生也梁或為扉

手為人關把盛衰

縱捨由己

若得章第十九

若得三宮存玄丹

三丹田之宮故曰三宮玄丹丹元謂心也
存思在心故偏指一所也

太一流珠安崑崙

太一流珠謂目精洞神經云頭為三台君
又為崑崙指上丹田也又云臍為太一君
亦為崑崙指下丹田也言心存三丹田諸

神皎然在目前本經曰子欲不死修崑崙
崑崙山名也
重中樓閣十二環
謂喉嚨十二環相重在心上心為絳宮有
象樓閣者也
自高自下皆真人
高下三田十二樓閣皆有真神文如上說
玉堂絳宇盡玄宮
絳宮明堂上下相應皆宮室也
璇璣玉衡色蘭玕
琁骨環圓動轉之象也蘭玕其色也
瞻望童子坐盤桓
存見赤城童子丹皇真人坐言其神安靜
問誰家子在我身
言已有之
此人何去入泥丸
與上元諸神上下相應洞神經云腦為泥
丸宮
千千百百自相連
神本出於一一生二二生三三生萬物變

化不離身心
一一十十似重山
存見萬物重壘安坐山象坐形
雲儀玉華俠耳門
雲儀玉華鬢髮之號言耳居其間經曰髮
神名泰華凡言華者工數榮之義猶草木
之花
赤帝黃老與己魂
赤帝者南方之帝君也黃老者中黃老也
魂為陽神魄為陰神陰陽相推故言與我
魂太微靈書云人有三魂一曰爽靈二曰
胎光三曰幽精常呼念其名則魂安人身
也
三真扶骨共房津五斗煥明是七元
五斗五星七元北斗也又靈寶經有五方
之斗亦為五斗洞房訣云存九元七元者
眼起初卧及食畢微呪曰五星開道六合
寮房迴元隱道豁落七辰生魂者玄父變
一成神生魄者玄母化二生身穉吾筋骨
者公子為吾精氣者白元長生久視飛仙

十天

日月飛行六合閒

天地內爲六合存念身中日月星辰森羅萬象一如天地戶閒了了然也

帝鄉天中地戶端

眉上髮際五分直入一寸亦爲帝鄉又明堂上一寸爲天庭天庭卽天中也又鼻爲上部之地戶心存日月星辰等諸神皆當在其端端謂鼻之上髮際之下也

面部魂神皆相存

內外星神自相應也

呼吸章第二十

呼吸元氣以求仙

採飛根梀玄暉吞五才挹九霞服食胎息之道皆謂天地陰陽四時五行之氣

卷二 五十八

仙公公子已可前

此洞房訣也洞房宮左爲無英君一名公子仙公直指黃庭學者言學黃庭仙公復行洞房之訣而存見公子故言在前

朱鳥吐縮白石源

朱鳥舌象白石齒象吐縮導引津液謂陰陽之氣流通不絕故曰源

結精育胞化生身

本己之所從來也

留胎止精可長生

眞誥曰上清眞人口訣夫學仙之人安心養神服食治病使腦宮填滿玄精不傾然後可以存神服氣呼吸三景若數行交接漏泄施寫者則氣穢神亡精靈枯竭雖復玄羽玉籙金書太極者將亦何解於非生乎在昔先師常戒於斯事云學生之人一交接則傾一年之藥勢二交接則傾二年之藥勢過此以往則不止之藥都傾於身是以眞仙常慎於此以爲生生之大忌也

三氣右徊九道明

卷二 五十九

三氣謂三丹田之氣右徊言周流順緒調和陰陽則四關九竅通流朗徹而無病也

正一含華乃充盈

存正守一神氣華榮故能充滿六合萬物而變

逞望一心如羅星
存見赤城童子居在城中如星之肰羅敀
金室之下可不傾
謂心居肺下肺主金其色白故曰金室常
能存之長生不死也
延我白首反孩嬰
內指事也謂童顏不老也
瓊室章第二十一
瓊室之中八素集
謂上元清真瓊室髓骨之象也
泥丸夫人當中立
經云洞房中有父母母即夫人也亦名道
母泥丸洞房上已釋
長谷玄鄉繞郊邑
長谷鼻也玄鄉腎也郊邑謂五藏六府也
言鼻中之氣出入下與腎連周繞藏府心
居赤城存想內外郊外曰郊故爲象諭也
六龍散飛難分別
言六府之氣微妙潛通難可分別當審存
之也

長生至慎房中急
氣亡液漏髓腦枯竭雖益以吠澮而泄以
尾閭不可不慎也
何爲死作令神泣
房中不慎傷精失明故神泣也
忽之禍鄉三靈歿
禍鄉死地三靈三魂也謂爽靈胎光幽精
歿亡者也
但當吸氣録子精
呼吸吐納閉房止精
寸田尺宅可治生
謂三丹田之宅各方一寸故曰寸田依存
丹田之法以治生也經云寸田尺宅彼尺
宅謂面也
若當決海百瀆傾
謂房中婬泄不知閉止也
葉去樹枯失青青
象人死無生氣
氣亡液漏非己形
仙經云閉房練液不多言不遠唾反是矣

專閉御景乃長寧
專閉情欲存服日光老子曰善閉者無關楗而不可開又上清紫文靈書有採飛根之法常以日初出東向叩齒九通畢陰呪日魂名日中五帝字曰日魂珠景照韜綠映迴霞赤童玄炎飈象袟呼此十六字畢瞑目握固存日中五色流霞來繞一身於是日光流霞俱入口中名曰日華飛根玉胞水母也向日吞霞四十五咽畢又嚥液九過也

○保我泥丸三奇靈○
泥丸上丹田也大洞經云三元隱化則成三宮一曰太清之中三君二曰三丹田之神三曰符籍之神故曰三奇靈也

恬惔閑視內自明
謂存思三丹田之法一如上說

物物不干泰而平
行道真正邪物不干

愨矣匪事老復丁
猛獸不據攫鳥不搏老者反壯病者皆強

愨矣必然

思詠玉書入上清
精研內景必獲仙道

常念章第二十二

常念三房相通達
三房謂明堂明房丹田之房也與流珠玉帝天庭極真玄丹泥丸太皇等諸宮左右上下皆相通達

○洞得視見無內外○
存思三丹田三三如九合九為一明玄洞徹無有內外也

存漱五牙不飢渴
靈寶有服御五牙者五行之生氣以配五藏元精經云常以立春之日鷄鳴時入室東向櫛九拜平坐叩齒九通思存東方安寶華林青靈始老帝君九千萬人下降室內鬱鬱如雲以覆己形從口中入直下肝府祝曰九氣青天元始上精皇老尊神衣服羽青役御天官煥明歲星散耀流芳陶甑我形上食明霞服引木精固養青牙保

鎮朽零肝府充盈玉芝自生延年駐壽色
反童嬰五氣混合天地長并畢引青氣九
咽止使服東方赤書玉文十二字也
神華執中六丁謁
神華者玉曆經云太陰玄光玉女道之母
也衣五色朱衣在脾府之上黄雲華蓋之
下六丁者謂六丁陰神玉女也老君六甲
符圖云丁卯神司馬卿玉女足曰之丁丑
神趙子玉玉女顧氣丁亥神張文通玉女
曹漂之丁酉神臧文公玉女得喜丁未神
石叔通玉女寄防丁巳神崔巨卿玉女開
心之言脈絲飛根存漱五牙之道成則役
使六丁之神也
急守精室勿妄泄
精室謂三丹田上下貫運而不絕制之在
心心即中丹田也緩急之所由真妄之根
本也
閑而實之可長活
積精之所致也
起自形中初不闕

調心使氣微妙無形
三官近在易隱括
謂三丹田真官近在人身隱括精氣常以
心為君主者也
虚無寂寂空中素
外指事也素有二説
使形如是不當污
使形輕淨如懸練素於空中也又云身中
虚空使如器之練素虚靜當然污謂有其
事也
九室正虚神明舍
九室謂頭中九宮之室及人之九竅使上
宮榮華九竅真正則衆神之所止舍也洞
神經云天有九星兩星隱故稱九天地有
九宮故稱九地人有九竅故稱九生言人
所由而生也
存思百念視節度
存念身中百神呼吸上下一如科法文云
千千百百似重山皆神象
六府修治勿令故

按洞神經云六府者謂肺爲玉堂宮尚書府心爲絳宮元陽府肝爲清冷宮蘭臺府膽爲紫微宮無極府腎爲幽昌宮太和府脾爲中黄宮太素府異於常六府也

行自翱翔入天路 隱一

謂昇仙羽化也

雲笈七籤卷之十一

雲笈七籤卷之十二 優二

[illegible]

三洞經教部

經

上清黄庭内景經

治生章第二十三

治生之道了不煩

無爲清簡約以守志

但修洞玄與玉篇

謂洞玄靈寶玉篇眞文黄庭也

兼行形中八景神

玉曆經云五藏有八卦大神宿衛太一八使者主八節日八卦合太一爲九宮八卦外有十二樓樓爲喉嚨也臍中爲太一君主人之命也 隱三 一名中極一名太淵一名崑崙一名特樞主身中萬二千神也

二十四眞出自然

天有二十四眞氣人身亦有之又三丹田之所三八二十四眞人皆自然之道氣也

高拱無爲魂魄安

行忘坐忘離形去智
清靜神見與我言
能清能靜則心神自見機覺無外而與已
言即謂黃庭真人
安在紫房幃幙間
紫房幃幙一名絳宮謂赤城中畫子所安
之處存思神其狀如此
立坐室外三五玄
謂八景及二十四真神營護人身則三田
五藏真氣調柔無災病也
燒香接手玉華前
玉華即華蓋之前謂眉間天庭也百神之
宗元真人之居宅從面而存之也
共入太室璇璣門
洞房經云天有太室玉房雲庭中央黃老
君之所居也玉房一名紫房一名絳宮通
名明堂上有華蓋東西宮洞通左右黃庭
之內人身具有之如上文說璇璣中樞名
高研恬惔道之園
研精恬惔真氣來遊

內視密盼盡覩真
入靜存思百神森森
真人在已莫問鄰
玉曆經云老子者天地之魂自然之君常
侍道君左右人身備有之也
何處遠索求因緣
道經曰大道汎兮其可左右言不遠也
隱影章第二十四
隱影藏形與世殊
學仙之士含光藏輝滅跡匿端
含氣養精口如朱
肌膚若冰虛碎約若處子
帶執性命守虛無
虛靜恬惔寂寞無為
名入上清死錄除
得補真人列象玄名
三神之樂由隱居
理身無為則神樂理國無事則人安三神
三丹田之神也
倏欻遊遨無遺憂

倏欻疾發也下文云駕欻接生宴東蒙或
云倏欻龍名也無遺憂謂懸解
羽服一整八風驅
八風八方之風先驅掃路也羽服仙服也
按上清實文仙人有五色羽衣又飛行羽
經云太一真人衣九色飛雲羽章皆神仙
之服也
控駕三素乘晨霞
外指事也三雲九霞神仙之所御也
○金輦正立從玉輿○
九錄經云上清九天玄神八聖特駕九鳳
龍車玉輿金輦皆仙人之服器
何不登山誦我書
書即是黄庭經也
鬱鬱窈窕真人墟
山中幽邃
入山何難故躊躇
貪志不決
人間紛紛臭帑如
人間世不可居帑弊惡之帑也

五行章第二十五
五行相推反歸一
五行謂水火金木土相推者水生木木生
火火生土土生金金生水水又生木周而
復始又相剋法水剋火火剋金金剋木木
剋土土剋水水又剋火周而復始相推之
道也反歸一者水數也五行之首萬物之
宗道經云道生一一生二二生三三生萬
物又易有太極是生兩儀太極者一也兩
儀天地天地生萬物又終而歸一一者無
之稱萬物之所成終故云歸一
○三五合氣九九節
玄妙經云三者在天為日月星名曰三光
在地為珠玉金名曰三寶在人為耳鼻口
名曰三生天地人凡三而各懷五行故曰
三五其常精也合三者為九宮夫三五所
懷願來類也調和萬物理化陰陽復載天
地光明四海風雨雷電春秋冬夏寒暑溫
涼清濁之氣諸生之物不得三五不立也
故曰天道不遠三五復返三五者天地之

握帶六合之要會也九宮之氣鄭九九八
十一為一章云云
可用隱地迴八術
九宮中有隱遁變化之法太上八素奔晨
隱書是曰八術又太微八籙術云太微中
有三君一曰太皇君二曰天皇君三曰黄
老君三元之氣混成之精出入上清太素
之宮能存思之必得長生
伏牛幽闕羅品列
伏牛胃之象胃為幽闕中黄經云左胃為
○玄妙君右胃為玄元君羅品列存思見之○
三明出華生死際
天三明日月星人三明耳目口地三明文
章華是生死之際際青鄭也
洞房靈象斗日月
存三光於洞房洞房明堂已釋於上者也
父曰泥丸母雌一
一明堂中有君臣洞房中有夫婦丹田中
有父母泥丸腦神名道經云知其雄守其
雌雌無為一也

三光煥照入子室
明白四達
能存玄真萬事畢
莊子曰通於一萬事畢也
一身精神不可失
常存念之不捨須臾
高奔章第二十六
高奔日月吾上道
吾道者也上清紫文吞日氣法一名赤丹
金精石景水母玉胞經其法常以日初出
○時東向叩齒九通畢微呪日魂名日中五○
帝字日日魂珠景照韜綠映迴霞赤童玄
炎飆象呼此十六字畢瞑目握固存日中
五色流霞來接一身於是日光流霞俱入
口中又上清紫書有吞月精之法月初出
時西向叩齒十通微呪月魂名月中五夫
人字曰月魂曖蕭芳豔翳寥婉虛靈蘭鬱
華結翹淳金清瑩炅容素摽呪呼此二十
四字畢瞑目握固存月中五色精光俱入
口中又月光中有黄氣大如目童名曰飛

黃月華玉胞之精也能修此道則齊日月
而神仙矣
鬱儀結璘善相保
鬱儀奔日之仙結璘奔月之仙同聲相應
同氣相求故二仙來相保持也
乃見玉清虛無老
昇三清之上與道合同也
可以迴顏填血腦
魂魄反嬰得成眞人
○口銜靈芒攜五皇
口吐五色雲氣光芒四照與玉皇老君同○
遊六合也
腰帶虎籙佩金璫
仙人之服也九眞經云中央黃老君腰佩
玄龍神虎符帶流金之鈴執紫毛之御籙
符籙也
駕欻接生宴東蒙
欻倏欻言乘風氣忽發而往或云飲也龍
名也東蒙東海仙境之山也接生長生也
與生氣相接連欻然而遊其處

玄元章第二十七
玄元上一魂魄鍊
貴一以鍊神神鍊以合一
一之爲物巨卒見
一者無之稱也心恬恢以得之如得之而
不可見
須得至眞始顧盻
守眞志滿一自歸已
至忌死氣諸穢賤
凡飛丹鍊藥服氣吞霞等事皆忌見死屍○
○殗穢之事此衛生家之共悉也然至道沖
虛本無淨穢未獲眞正則淨穢有殊殊而
不齊則是非起於內生死見於外則淸淨
者生之徒濁穢者死之徒故爲養生之所
忌也
六神合集虛中宴
六甲六丁六府等諸神俱在身中身中虛
空則晏然而安樂不則憂泣矣
結珠固精養神根
結珠謂咽液先後相次如結珠固精不妄

魂神根形軀也夫神之於身猶國之有君君之有人人以君為命君以人為本手相資養以為生主而調養之也

玉筬金籥常完堅

道經云善閉者無關揵不可開籥鎖簽筬或為毀也

閉口屈舌食胎津

屈舌導津液食津而胎仙故曰胎津

使我遂鍊獲飛仙

積功勤誠之所致也

仙人章第二十八

仙人道士非有神

修學以得之也

積精累氣以為真

有本或無此句逐關注

黃童妙音難可聞

黃童黃庭眞人一名赤城童子妙音謂黃庭眞人之妙音也

玉書絳簡赤丹文

黃庭經一名太帝金書一名東華玉篇也

守曰眞人巾金巾

眞人即黃童也金色白在西方主肺肺白在心上故曰巾金巾九眞經曰青帝衣青玉錦衣帔蒼華飛裙芙蓉丹冠巾金巾又元陽子曰眞人潛居于發卯藏酉酉者金也

負甲持符開七門

老君六甲三部符云甲子神王文卿甲戌神展子江甲申神扈文長甲午神衛上卿甲辰神孟非卿甲寅神明文章存六甲神名則七竅開通無諸疾病

火兵符圖備靈關

赤章斬邪錄晉役使三五火兵又衛靈神呪曰南方丹天三氣流光熒星轉燭洞照太陽上有赤精開明靈童總御火兵備守三宮即火兵三五家事也符者八素六神陽精玉胎鍊仙陰精飛景黃華中景內化洞神鑒乾等諸符也圖謂太一混合三五圖六甲五下陰陽圖六甲玉女通靈圖太一眞人圖東井沐浴圖老君內視圖西昇

八史圖九變含景圖赤界等諸圖可以守
備靈關即三關四關等身中具有之
前昂後卑高下陳
列位之形象也
執劍百丈舞錦幡
神兵慆劍之狀
十絕盤空扇紛紜
空中作氣煒曄揮霍
火鈴冠霄隊落煙
金精火鈴冠徹霄漢部伍隊陣狀如落煙○
○屯雲之勢
安在黃闕兩眉間
存思火兵氣狀俱在天庭天庭一名黃闕
兩眉間是
此非枝葉實是根
學仙之本
紫清章第二十九
紫清上皇大道君
亦名玉晨君也
太玄太和俠侍端

太玄太和真仙之嘉號也
化生萬物使我仙
道氣之功勤也
飛昇十天駕玉輪
乘飇而往
晝夜七日思勿眠
至誠則感
子能行此可長存
延年神仙之道
積功成鍊非自然
○學以致其道也
是由精誠亦由專
守一如初成道有餘
內守堅固真之真
不失節度也
虛中恬惔自致神
一神以虛受
百穀章第三十
百穀之實土地精
華實曰穀陰之類也

○

五味外美邪魔腥

非清虛之眞氣

臭亂神明胎氣零

胎氣謂無味之味自然之正氣也那氣有

胎息之法零猶失也

那從反老得還嬰

言不可得髮白反黑齒落更生此一句應

在目存神之下超此不類者

三魂忽忽魄糜傾

忽忽不恬怏糜傾朽敗也

何不食氣太和精

進勸服鍊之道

故能不死入黃寧

黃寧黃庭之道成也

心典章第三十一

心典一體五藏王

神以虛受心爲棲神之宅故爲王也

動靜念之道德行

謂念丹元童子也夫念爲有忘爲無念則

易心而後語忘則厭心而神全故道德行

淸潔善氣自明光

常念之故

坐起吾俱共棟梁

神以身爲屋宅故云棟梁吾丹元子也

晝日曜景暮閉藏

莊子云其覺也形開其寐也魂交交閉也

通利華精調陰陽

謂心神用捨與目相應華精目精也心閑

則目閑心開則目開晝陽而暮陰故云調

陰陽

經歷章第三十二

經歷六合隱卯酉

樂心之用捨陰陽之所由也晝爲經歷暮

爲隱藏六合天地內上下四方卯酉爲朝

暮幽隱陽也

兩腎之神主延壽

腎神玄冥字育嬰配屬北方主暮夜人能

止精則長壽河上公曰腎藏精

轉降適斗藏初九

九陽數也斗北辰也北辰主陰謂陽氣下

與陰合易曰乾元在無首無首歎也
知雄守雌可無老
守雌則藏九之義也
知白見黑急坐守
道經云知其雄守其雌知其白守其黑皆
藏九之義也
肝氣章第三十三
肝氣鬱勃清且長
肝位東方東方木主春生氣之本也清長
氣色之象
○羅列六府生三光
存想生氣偏照五藏六府如日月星辰光
曜明朗也
心精意專內不傾
能知一也
上合三焦下玉漿
言肝氣上則與三焦氣合下則為口中之
液亦猶陰氣上則為雲下則為雨雨潤萬
物玉漿潤百骸九竅也
玄液雲行去臭香

臭氣周流則無臭病
治蕩髮齒鍊五方
雲行雨施無所不通五方五藏也
取津玄膺入明堂
咽液之道必自玄膺下入喉嚨喉嚨一名
重樓重樓之下為明堂明堂之下為洞房
洞房之下為丹田此中部
下溉喉嚨神明通
身令以津氣為主也
○坐侍華蓋遊貴京
華蓋肺也肝在肺之下貴京丹田也
飄飄三帝席清涼
三帝三丹田中之道君也亦名真人言肝
氣飄飄周流三丹田之所也肝氣為目精
故言席清涼
五色雲氣紛青葱
肝氣與五藏相雜上為五色雲
閉目內眄自相望
常存念之五藏自見
使心諸神還相崇

赤城童子與五藏真人合契同符共相事
敬也

七玄英華開命門

七竅流通無留滯也

通利天道存玄根

身為根本

百二十年猶可還

當急修行時不可失

過此守道誠獨難

去死近矣

○唯待九轉八瓊丹○

九轉神丹白日昇天抱朴子九丹論云考覧養生之書鳩集久視之方曾所披涉篇已千計矣莫不以還丹金液為大要焉又黃帝九鼎神丹經云帝服之而昇仙與天地相畢乘雲駕龍出入太清八瓊丹砂雌黃雌黃空青硫黃雲母戎鹽硝石等物是也

要復精思存七元

雖服神丹兼習黃庭之道七元者謂七星及七竅之真神也又五帝元君及白元無英君亦為七元道君洞房訣云存七元者其咒曰迴元隱道豁落七辰乃七元也

日月之華救老殘

左目為日右目為月目主肝配東方木行木位春春為生氣故云救老殘

肝氣周流終無端

莊子曰指窮為薪而火傳生得納養而命續也

肺之章第三十四

○肺之為氣三焦起○

中黃經曰肺首為三焦肺之為氣謂氣狀氣狀起自三焦故言三焦起哉三焦者多本的其的其實今以五藏之上系管為三焦焦者熱也言肝心肺頭熱之義也

視聽幽冥候童子

童子心神赤城中者元陽子曰闕雄而下存童子童子是目童也謂人欲知死生當以手指按目背候其目光有光則生無光則死也

調理五華精髮齒

五華五藏之氣仙經曰髮欲數櫛齒欲數叩也

三十六咽玉池裏

口為玉池亦曰華池膽為中池胞為玉泉華池咽液入丹田所謂漱漼靈根也

開通百脈血液始

身中血液以口為本始也

顏色生光金玉澤

百御開道

齒堅髮黑不知白

反老還嬰

存此真神勿落落

壽域不墮

當憶此宮有座席

此宮謂肺宮也座席神之所安中黃經云肺首為三焦玄老君之所居也

衆神合會轉相索

衆真同聚庶有邪精

隱藏章第三十五

隱藏羽蓋看天舍

此明脾宮之事脾為丹田黃庭中央戊己土行也上觀肝肺如蓋如舍也

朝拜太陽樂相呼

謂魂神與衆仙合會也素靈經云太上神仙有太陽君少陽君太虛君諸素君群仙宗道之遊樂也

明神八威正辟邪

八威入靈神也真誥云北帝殺鬼咒曰七正八靈太上浩兇長顱巨獸手把帝鍾素梟三神威劍神王衛法辟邪之道也

脾神還歸是胃家

脾神名常在字魂停脾磨食消胃家之事也中黃經云胃為太倉太倉肚府也

耽養靈根不復枯

脾為黃庭人命之根本心專養之延年神仙也

閉塞命門保玉都

元陽子曰命門者下丹田精氣出入之處也養重下蓋護其主主身也身為玉都神

聚其所稽郡邑也

萬神方胙壽有餘

胙福也萬神以養見祥故壽有餘也

是謂脾建在中宮

脾主中宮土德

五藏六腑神明主

以脾為主

上合天門入明堂

存五藏六腑之氣上合天門天門在兩眉間即天庭是也眉入一寸為明堂

守雌存雄頂三光

道經云知其雄守其雌雌牝柔弱也三光日月星也

外方內圓神在中

外方內圓明堂之象也

通利血脈五藏豐

神恬心靜

骨青筋赤髓如霜

百脈九竅皆悉真正

脾救七竅去不祥

脾磨食消耳目聰明

日月列布設陰陽

日陽月陰日男月女

兩神相會化玉英

男女陰陽自然之津液也

淡然無味天人糧

神雖合會當味無味

子丹進饌肴正黃

饌氣也子丹真人進丹田之真氣脾為中黃脾磨食消也

乃曰琅膏及玉霜

津液精氣之色象也

太上隱環八素瓊

謂絳宮重樓十二環即喉嚨也中有八素之瓊液也

溉益八液腎受精

咽液流下入腎宮化為玉精也

伏於太陰見我形

太陰洞房謂覩瓊液之形象也

揚風三玄出始青

揚風盛風化也陰陽二氣與和氣為三三生萬物生物微妙故曰三玄出始青言萬物生而青色也太平經曰積清成青也

恍惚之間至清靈

陰陽生氣至微至妙

坐於飈臺見赤生

調暢之氣化為赤子赤子真人也飈臺閬風臺神仙之遊集也

逸域熙真養華榮

物外真氣自然養生

內眄沉默鍊五形

內觀形體神氣長存

三氣徘徊得神明

三丹田之氣也

隱龍遁芝雲琅英

仙經云肝膽為青龍故曰隱龍五藏九孔八脈為內芝故曰遁芝雲琅英脾氣之津液

可以充飢使萬靈

脾氣道成役使鬼神

上蓋玄玄下虎章

神仙之服御也元錄經云仙人有玄羽之蓋神虎玉章也

沐浴章第三十六

沐浴盛潔棄肥薰

盛古淨穿肥魚肉薰五辛

入室東向誦玉篇

太帝在東故也

約得萬徧義自鮮

不出身中

散髮無欲以長存

仙經服九霞必先散髮又胎息法仰臥散髮令枕高二寸五分展兩手大母指握固閉目申兩臂去身五寸乃漱滿口中津液咽之滿三徐徐以鼻內氣氣入五六息則吐之一呼一吸為一息至十吐氣可少頻中頻中乾復為之滿四九為一竟矣尋觀文意此散髮非專此道也蓋散髮無為自得之意無外情欲而已

五味皆至正氣還

金玉爲一自然之道
夷心寂悶勿煩冤
悶靜也寂然清靜道經云其政悶悶其民淳淳
過數已畢體神精
專精所致
黃華玉女告子情
丹田陰神與己言也
眞人旣至使六丁
眞人指學者身也至謂精至六丁如上說者也
○即授隱芝大洞經
隱芝謂隱者也以仙人喻之矣
十讀四拜朝太上
玉精眞訣曰東華玉篇者必十讀四拜玉篇謂此文
先謁太帝後北向
太帝在東七元居北故也
黃庭內經玉書暢
仙道成矣

授者曰師受者盟
斯文可重故以爲盟
雲錦鳳羅金紐纏
信誓之物
以代割髮肌膚全
契誡不假出血斷髮
携手登山歃液丹
受行黃庭道者必重盟而授傳
金書玉景乃可宣
信洽方授
○傳得可授告三官
三官天地水也
勿令七祖受冥患
傳非其人殃及先世患謫爲逮也
太上微言致神仙
可尋可貴
不死之道此眞文
一心敬重來而行之

卷上

二十二

太上黃庭外景經序

黃庭經者蓋老君之所作也其旨遠其詞微其事肆而隱實可為典要強識其情則生之本也故黃者二儀之正色庭者四方之中庭近取諸身則脾為主遠取諸象而天理自會然谷神不死是謂玄牝是以寶其生也後晉有道士好黃庭之術意爭書寫常求于人聞王右軍精於草隸而復性愛白鵝遂以數頭贈之得乎妙翰且右軍能書繕錄斯文頗多逸興自娛而未免脫漏矣後代之人但美其書蹤而以為本固未覩於真規耳余每惜太上聖旨萬世莫測今故纂注以成一卷義分三部理會萬神冀得聖人之教不泯于當來矣

太上黃庭外景經

務成子 註

上部經第一

老君閑居作七言

老子者天之精魄自然之君造立神仙萬世常存作斯七言以示後生

解說身形及諸神

上談元一濟活一身從頭至足皆可得生總統綱紀形體常平道無二家究備者實

上有黃庭下關元

黃庭者目也道之父母供養赤子左為陵陽字英明右為太陰字玄光三合成德相須而升

後有幽闕前命門

背為幽闕目相連臍為命門三寸日出月入陰陽升呼吸元氣養靈根也

呼吸廬間入丹田

呼之則出吸之則入呼吸元氣會丹田中丹田中者臍下三寸陰陽戶俗人以生子道人以生身

玉池清水灌靈根

口為玉池太和宮唾為清水美且鮮唾而咽之雷電鳴舌為靈根常滋榮

審能修之可長存

晝夜行之去伏尸殺三蟲却百邪肌膚充盈正氣還邪鬼不從得長生面有光

黃庭中人衣朱衣
目中小童爲夫婦左王父右王母被服衣
朱遊宴與合會多處丹田晝夜存思勿
懈怠
關元茂籥闔兩扉
冥目内視無所不覩閉口屈舌爲食母含
咽玉英終身無谷無者氣也當爲茂舌爲
籥
幽闕俠之高巍巍
道有三元志意所從下部幽闕玄泉之常
○中部幽闕兩腎爲雙上部幽闕兩耳相望○
金門玉戶上與天通嬌女翳䇢盛屬宮齋
丹田之中精氣微
丹田者一室也與明堂對精氣微妙難可
盡分故曰微矣
玉池清水上生肥
口中唾也存動口舌白唾積聚狀若肥膏
漱而咽之可得遂生
靈根堅固老不衰
舌爲靈根制御四方調和五味去臭取香

聚當咽氣化爲飲漿
中池有士服赤朱
喉中若京爲元士中和之下關分理朱光
衣服神爲友
橫下三寸神所居
明堂之宮方圓三寸神所居正在目中央
眉爲華蓋五色青葱
中外相距重閉之
中氣當出外氣當入當此之時門三關二
氣相距天道自然也
○神廬之中當修治
教子去鼻中毛神道往來則爲廬宅晝夜○
綿綿無休息也
玄膺氣管受精府
喉中之央則爲玄膺元氣下行起動由之
故曰受府也
急固子精以自持
守精勿去也
宅中有士常衣絳
面爲尺宅眞人官處其中央被服赤朱光

耀爍然赤如鮮
子能見之可不病
欲令世人深知道真覩斯神功終身不病
也
橫理長尺約其上
脾長一尺約太倉上中部明堂老君晝所
遊止也
子能守之可無恙
守脾神老君所舍深知知其意可無恙也
○呼吸廬間以自償
閉塞三關㕍指握固呼吸元氣皆會頭中○
降於口中含而咽之則不飢渴遂去三尸
心意
子保完堅身受慶
人人有道不能守之保道之家身形常平
上覩三光狀如連珠落落象石心中獨喜
故以自慶
方寸之中謹蓋藏
不方不圓目也閉戶塞牖中无不有守之
守之得道之半

黃三
二十六

精神還歸老復壯
精神欲去常如飛雲上精不泄下精不脫
魂魄內守如年壯時也
心結幽闕流下竟
耳爲心聽結連幽闕鼻聞香則陰強心達
志通則流下竟也
養子玉樹令可杖
身爲玉樹常令強壯陰爲玉莖轉相和唱
還精補腦可得不病長樂無憂在也
○至道不煩無旁午
大道自然不煩不慮照察蕩蕩則人本根○
至道難得而易行焉
靈臺通天臨中野
頭爲高臺腸爲廣野元氣通天玄母來下
養我已也
方寸之中關闕下
目央之中玉華際大如雞子黃在外下入
口中生五味晝夜行之可不既也
玉房之中神門戶
玉房一名洞房一名紫房一名絳宮一名

黃五
二十七

明堂玉華之下金匱鄉神明門戶一之所
從者哉
旣是公子教我者
左爲神公子右爲白元君養我育我常欲
令我得神仙父母供養子丹日月相去三
寸間
明堂四達法海源
三寸三重有前後使以日月歸中升洞達
四方流于海也
○眞人子丹當吾前
衆長一寸兩眉端俛仰見之心勿煩○
三關之中精氣深
口爲心關足爲地關手爲人關深固靈珠
更相結連微妙難知固爲深爲
子欲不死修崑崙
頭爲崑崙道治其中子午爲經卯酉爲緯
日月照明丹爲游戲百官宿衛也
絳宮重樓十二環
金樓五城十二周帀丹黃爲郭五彩雲集
絳宮玉堂眞一所從出入也

瓊室之中五色集
璇璣玉衡命立中央五色環玗極陰反陽
營室之中金室也
赤神之子中池立
喉中之神主池精受符授行傳付太倉
下有長城玄谷邑
腸爲長城腸爲邑腎爲玄谷上應南北也
長生要愼房中急
房玉房也急而守之共會六合六合之中
誠難語子欲得道閉規矩之
○棄捐搖俗專子精
賢者畜精愚者畜財捐去衆累一復何求○
還精補腦潤澤髮鬚
寸田尺宅可治生
寸田丹田尺宅面也道之經緯不可廢忽
勞力求之必得長生也
雞子長留心安寧
大道混戌自然子濛濛鴻鴻狀如雞子專
心一意守之不解長安寧
推志游神三奇靈

大道游戲琬閒琬閒攉剛執志觀見道真三靈侍側彈琴鼓箏也

行閑無事心太平

恬恢無欲以道自娛施利不足神明有餘則為太平也

常存玉房神明達

玉房一室也卧於山西知於山東處於幽冥都見無窮内外相須故言明達也

時思太倉不飢渴

咀嚼太和神注含太倉胃管一神名黃常子秘曰黃常子吾有長生之道不食自飽不得妄行留為已使碎穀不飢所當得也

役使六丁玉女謁

清潔獨居便利六丁之地呼其神名字玉女必來謁也

閉子精門可長活

陰陽交遘此之時精神欲去淫泆淫泆情五扁不能禁止以手撫弦囊引玉蒼閉金門

正室堂前神所舍

正室之中五色雜璇璣玉衡道所立舍於明堂游絳宮變為真人丹田也

洗心自治無敗洿

敬重天地遠避嫌疑閉目內視思神往來不與物雜行不敗洿

歷觀五藏視節度

五藏六府各有所主修身潔白絕穀勿食飲食太和周而更始故不失節也

六府修治潔如素

心不妄念口不妄言目不妄視耳不妄聽手不妄取足不妄行凡此六行六府之候也故能損之道成德就潔已如素也

虛無自然道之固

虛無恍惚道之無自然不存恍仰自觀常守玄素須臾為早知雄守雌魂魄不離身也

物有自然道不煩

自然者天地大神不存不想氣自往來也

垂拱無為身體安

端殼自守深惕元道不犯天禁身無災咎

永保安也
虛無之居在幃間
虛無之性樂於清淨修和獨立與神言語
施設幃帳恩聞人聲觀見玄德五色排佪
日月照察使以東西三五復反轉藏營檢
也
寂寞廓然口不言
隱藏華蓋歸志洞虛寂然虔視日親明珠
昧然獨息不貪榮譽也
○修和獨立真人宮
太和之宮在明堂垂華蓋之下衣朱衣明○
堂四達知者謂真人小童衣裳燭欲知吾
居處問太微乎
恬惔無欲遊德園
外如迷惑內懷玉潔恬惔寂樂不貪世俗
也
清淨香潔玉女前
棄捐世俗處無人之野焚燒香薰使溺六
丁玉女自到徑來侍人也
修德明達神之門

德潤身富潤屋心達志通視見神光重樓
綺戶金門玉堂
中部經第二
作道優游深獨居
隱身藏形與世絕踰含氣養精類如丹珠
也
扶養性命守虛無
決謝祖先遊世隱居司命定錄死籍以除
改字易姓堅守虛無也
恬惔自樂何思慮
○恬惔忽然樂道守貧不念不慮至不煩也○
羽翼已具正扶骨
修道行仁骨騰肉輕道成德就雲車來迎
玉女扶輔徑昇太清非生毛羽也
長生久視乃飛去
萬世常存與一為友玉女採芝喫之苗食
之須臾立生毛羽上帝徵聘飛入滄海
五行參差同根帶
五彩騰起或參或差疑沌不別共生根帶
三五合氣其本一

三五十五在中央二丈之隱往來三陽女
德微妙其狀似龍見之獨笑勿以語人
誰與共之斗日月
雄在北極雌在南宮真人不遠近在手中
三光洞明天地相望子欲得一問兩童
抱玉懷珠和子室
琭琭如玉連連如珠調和室房隨世沈浮
子能守一萬事畢
一為大神天地之根人之本命子能知之
萬事自畢 ○
○子自有之持無失
人人有一有一不知守素損本祿變財寶
賢者得之以為友也
即欲不死入金室
却入三寸為金室洞房之中當幽閉愛吾
形為真人真人所處丹田中
出日入月是吾道
日出太陽月入太陰迴周返覆受符復符
天七地三迴相守
天七地三案畜臨鼻引地氣即工布也故

迴相守
昇降進退合乃久
地氣上昇天氣下降陰陽列布合於絳宮
或進或退正氣從容乃得長久
玉石落落是吾寶
連珠玉璧落落如石出於太陽氣如大烜
持則不得則吾重寶
子自有之何不守
人自有一不知守之守之者日還一日失
之命消也 ○
○心曉根基養華彩
究備道真探解終極留年却老自守本歸
根開閭陰陽布色華彩常若少年
服天顧地合藏精
頭為天足為地服食天氣灌溉身形合人
丹田藏之腦戶天露雲雨何草不茂
七日之午迴相合
行道之要七日一合
崑崙之上不迷誤
崑崙頭也上與天通禀受元氣不違誤

九原之山何亭亭

心為九原真人太一處其中也不出戶身知四方

中有真人可使令

真人太一小童子金樓深藏伏不起隱藏

九原不可使

蔽以紫宮丹城樓

金樓玉城丹黃為郭百官宿衛一為上客絳宮玉堂真人宅舍

俠以日月如明珠

左日右月合精中央五色混沌晝如明星暮如明珠晃晃煌煌曾不休哉

萬歲昭昭非有期

明珠來下堅當守之長生之符萬歲昭然非復有期司命定錄死籍已除

黄二　三十四

外本三陽物自來

三陽三精也狀若冠纓鼎玄無主用和為根不呼自來默默翩翩

內拘三神可長生

三神三子拘此三神生道畢也

魂欲上天魄入淵

暮臥魂上天迭日中三足烏雞鳴忽騰來還其處魄者形也年七十八十魄欲入泉老人愁思形容欲別

還魂返魄道自然

拘魂制魄不得行人善守自然不用筋力

旋璣結珠固靈根

結珠連珠也入口中含咽其精固護靈根

玉笈金籥身完堅

玉笈齒金籥舌開口屈舌食母之氣不傳忌言身保完全

戴地懸天周乾坤

人生地道來附己故言戴地玄母在天下養萬物不用機表神明微妙非俗所聞常欲令我得神仙迫於乾坤不可踰躁哉

黄二　三十五

象以四時赤如丹

四時五行周則更始真人子丹一化為己被服赤珠狀若丹

前仰後卑列其門

仰高也前高後下背子向午右陰生陽歸

棲門戶
選以還丹與玄泉
選取也縮引還丹及玄泉之氣所謂名上
昇泥丸鍊治髮根須臾微息其道自然
象龜引氣致靈根
龜以鼻取氣極停微息閉口咽之致靈根
中有真人巾金巾
金室真人中金巾
負甲持符開七門
甲子也背子向午要帶卯酉制御元氣受○
○符復行皇天大道君也常窺看七門
此非枝葉實是根
上皇大道君老子太和常侍左右化生萬
物非為枝葉
晝夜思之可長存
常注意思念自觀三光道之至妙近在斗
中
仙人道士非異有
仙人度世非有他神守一堅固上精不泄
下精不脫精神內守千歲不死

積精所致和專仁
育養精氣專心一意和氣仁義德合道真
人盡食穀與五味
俗人皆喫百穀之實土地之精五味香達
令飽食厨內無真道還歸黃泉
積二 太平御
獨食太和陰陽氣
陰氣上昇陽氣下降合會六合之中生五
味常自服食天相溉
故能不死天相溉
飲食太和不死之藥食之不饑天自溉之○
○誠說五藏各有方
五藏象五行六律腸胃方
心為國主五藏王
身有三百六十神心為主不出戶知天下
不下堂知四方
受意動靜氣得行
志之所從不可極也清香潔善氣自行
道自將我神明光
坐與吾俱息起與吾同衣我飴來食我居
不行客常日月三光相保守

晝日昭昭夜自守

晝日朗然日覩景星暮即排徊來歸我也

知陽者明不知陽安作凶

渴可得漿飢自飽

飢食自然之氣渴飲華池之漿不飢不渴

可得長生也

經歷六府藏卯酉

兩腎之神最為精左王父右王母二氣交

錯周六府上會目中左卯右酉

通我精華調陰陽

陰陽列布若流星流星七正並精華

轉陽之陰藏於九

陽主陽中乃種其類陰生黍粟陽生麥大

二氣相得更相包裹九在口中也

常能行之可不老

知雄守雌其德不離知白守黑常德不忒

肝之為氣脩而長

肝為青龍肺為白虎上與天通故為長

羅列五藏主三光

心精意專五內不傾平脉安卧仰觀三光

上合三焦下玉漿

上合三焦者六合中也流布四肢汗玉漿

我神魂魄在中央

拘魂制魄不得動作俱坐俱起不得行止

明堂正在中央

精液流泉去臭香

精流液出常如涤泉暮卧惺痛蕩滌口齒

去臭取香治髮齒

立於玄膺含明堂

明堂之中方圓三寸主道之根大如雞子

黃如橘過歷玄膺甜如蜜

雷電霹靂往相聞右酉左卯是吾室

午前子後之間中央朝發太一華蓋之鄉

陽氣以下在絳宮

下部經第三

伏於志門候天道

志門玄門也候天道守玄白

近在于身還自守

大道不遠近在身中子自有之無求他

清靜無為神留止

道為賢者施不為愚者作精心定志神明
懽也
精神上下開分理
精神上下恍惚無常求玄中之玄
精候天道長生草
上知天上俯察地理留年住命白髮如墨
則長生草
七竅已通不知老
耳聽五音目覩玄黃鼻受清氣口咲五味
不知老也
還坐天門候陰陽
天門太陽一之門也陰陽坤推微妙難覩
故坐伺候之
下于喉嚨神明通
喉嚨咽也咲食和氣則神明乃下降
過華蓋下清且涼
華蓋之下五色青蔥清靈之淵清且涼
入清靈淵見吾形
清靈之淵微妙玄通閉目內視則見江海
伺候吾形有項相望如照明鏡深井對相

覩樂無極也
期成還年可長生
年到四十五十則不住還得其理者日益
長久不能明者徒自苦耳
還過華下動腎精
華蓋之下多陰涼萬神合會更相迎引動
腎氣上布紫宮
立於明堂望丹田
明堂丹田相去不遠相望見
將使諸神開命門
一名大神萬物之先保使群神救護萬民
出入命門
通利天道存靈根
九九八十一首分為二部從頭至足元氣
通流周帀一身靈根堅固守之勿休也
陰陽列布若流星
三氣昇降閉塞三關百脉九孔氣候鍱鍱
光晃晃列布皮膚若奔星
肝氣周還終無端
肝為青龍出從吾左肺為白虎住在右神

道悅怳無有端緒

肺之為氣三焦起

肺有三葉三焦起一名華蓋紫紅色

上座天門候故道

天道雄門故道本根存本守根乃得長生

津液醴泉通六府隨鼻上下開兩耳

閉氣縮鼻長久微息呼吸元氣一上一下

縮鼻不止開其耳

窺視天地存童子

上窺天門則觀三光俛視地理見小童子

調和精華治髮齒

精液華池常以鍊為味齒三十六下漱咽

之常以管籥開閉九孔皆上頭中治髮齒

顏色光澤不復白

門戶開張精神布合顏色光潤鬚髮滋榮

不復白

下于嚨喉何落落

存候天道要不煩落落如石中心獨喜

諸神皆會相求索

大道遊戲衆神合會交游徘徊太素中

下入絳宮紫華色

下入絳宮丹城捿金紫幃帳徘徊四隅

隱藏華蓋觀通廬

暮隱華蓋晝游明堂觀望神廬金匱鄉也

專守心神轉相呼

心為國主太一宮專心一意向太陽執志

清潔衆神喜樂相呼來

觀我神明辟諸邪

一居中央諸神宿衞當此之時仰觀神光

元陽子丹辟萬邪

脾神還歸依大家

脾神朝進明堂暮歸其宮故依大家太倉

也

致於胃管通虛無

胃管太倉口也虛無之宮在太初

藏養靈根不復枯

藏養靈根使漸潤調和滿口而咽之內不

枯燥

閉塞命門如玉都

閉門閉牖以知天道耳玉堂之陽一神之

都市知萬物之價數也
壽傳萬歲年有餘
俗人有餘財聖人有餘年壽命無期
脾中之神主中宮
中宮戊已主於土府萬物披行土地之子
脾為明堂神治中宮也
朝會五藏列三光
五藏六府神明之主日月朝會長幼有序
仰觀三光日月斗
上合天門合明堂
天門開閉出為雄雌三光所生伏在明堂
上圓下方中無不有
通利六府調五行
安存養已六府通暢邪氣卻走正氣內守
五行之精金木水火土為榮
金木水火土為王
五行相生土為其主萬物時類皆歸於土
通利血脉汗為漿
合氣養精血脉豐盈骨滿筋強調燮皮膚
汗出若漿

脩護七竅去不祥
日光與竅各隔東西常當脩護神明所依
辟卻不祥萬物自化
二神相得化玉英
日月之神陰陽之反慕宿明堂化生黃英
下流口淡如無味用之不可既也
上禀天氣命益長
坐常仰頭鼻受上清氣跨座隨陽四肢安
穿嶽重天禁命益長
日月列布張陰陽
日月照察萬物贍仰陰陽設張四時調和
凡此四行亦在已軀也
五藏之主腎最精
腎之為氣清且香右為王母左為王公左
青龍右白虎與天通
伏於太陰成吾形
太陰小童玄武裏赤神之子伏不起精陽
之陰成吾形常存太素老小丁
出入二竅合黃庭
出入二竅兩手開黃庭中人主神仙欲得

一吾處入關山
呼吸虛無見吾形
虛無恍惚難悉言呼吸元氣琭無端欲規
吾形若臨淵也
強我筋骨血脈盛
精氣不泄骨髓充滿常自壯強血脈平盛
行若犇馬終身不倦
恍惚不見過青靈
恍惚中有物青靈中有形恍惚象大道有
一莫見其景也
坐於廬下見小童
神廬之下金匱野顧見真人小童子何從
相求華蓋下
內息思存神明光
閉目內視存在神明見吾光俛仰瞻之青
赤白黄
出於天門入無閒
出於天門見四鄉入於無閒觀太玄太玄
中有衆妙之門
恬惔無欲養華莖

閒居靜處淥固靈珠索捐世俗推剛就柔
含養五莖色如桃華
服食玄氣可遂生
外為太玄內為大淵若如流俗合四海源
審能服食可得遂生

還過七門飲大淵
大淵玉漿甘如飴近在吾身子不知何處
取之蓬萊溪
道我懸膺過青靈
太清之淵隨時滲青靈之臺四遠望懸膺
菀降太倉
坐於膺間見小童
金匱玉神小廬間坐仙道見小童子候吾
規中道畢矣
問於仙道與奇方
仙道謂虛無自然也不行而至舉足萬里
坐在立無奇方不死之藥也
服食芝草紫華英
絶五穀棄飴糧使六丁玉女自來侍人為
取芝草金紫華英得乃食之

頭戴白素足丹田

真人致住常欲令人得神仙晝日頭黑至
頭白如素也足履丹田中也

沐浴華池生靈根

沐浴華池鍊身丹田之中主潤靈根華池
玉池

三府相得開命門

老子太和各為一府共侍道君常開閉命
門陽明無端也

○五味皆至善氣還

六合之中自生五味演而食之正氣並來○

被髮行之可長存

大道萬畢被髮偃卧鍊身五嶽則得長生

大道蕩蕩心勿煩

大道蕩蕩耶然曠然要道不煩煩道不要
求於無形

吾言畢矣慎勿傳

吾者中央老君也解說天道從頭至足皆
可生也勿傳非人令道不明慎之慎之

太上黃庭外景經

推誦黃庭內景經法

當入齋堂之時先於戶外叩齒三通閉目想
室中有紫雲之氣鬱鬱來冠兆身玉童侍左
玉女侍右三光寶芝洞暎內外咒曰
天朗氣清三光洞明金房玉室五芝寶生玄
雲紫蓋來映我形玉童侍女為我致靈九帝
齊景三光同軿得乘飛蓋昇入紫庭引氣三
十九咽畢入戶北向四拜長跪叩齒二十四
通上啓高上天真玉晨太上道君某甲今當
入室詠誦玉經鍊神寶藏乞胃宮華榮身得
○乘虛上拜帝庭畢還東向揖大帝又叩齒十○
二通上啓扶桑大帝暘谷神王某乙今披詠
玉經乞使靜室神芝自生玉華寶耀三光洞
明萬徧胎仙得同帝靈畢即東向誦十徧為
一過竟還北向四拜東向揖不須復啓也但
拜謁如法隨誦多少然以十數為限不依法
而受經虧損俯仰之格徒勞於神無益於求
仙也五犯廢功斷事十犯身死於風刀之考
死為下鬼負石之役萬劫還生不人之道當
以八節日還金環青繒九尺以奉於有經之

師師得此信速錄上學弟子郡縣鄉里姓名年紀生月日時於九尺青繒之上正中於山岳絕巖之側北向奏名青帝宮叩齒二十四通微呪曰

天迴道氣八道運精三五應期九作代傾命眞玄寂輔臣帝靈玉劄已御今奏青名謹關九府五岳司靈記我所列上聞玉清三年之後來迎綦甲微形賜乘八景昇上帝庭畢埋青繒於絕巖之下如此三年有眞人下降一節不一違廢功斷事不得入仙三節違盟告下三官受考無窮清虛眞人曰凡修黃庭內景玉經應依帝君填神混化之道讀竟禮祝畢正坐向東臨目內想身神形色長短大小呼其名字還填本宮不修此法雖萬萬徧眞神不守終無感效徒亦損氣疲神無益於延命也今故抄經中要節相示耳

髮神蒼華字太元(形長二寸一分)腦神精根字泥丸(形長一寸一分)眼神明上字英玄(形長三寸)鼻神玉壟字靈堅(形長二寸五分)耳神空閑字幽田(形長三寸一分)舌神通命字正綸(形長七寸)齒神崿鋒字羅千(形長一寸五分)

右面部七神同衣紫衣飛羅裙並嬰兒形思之審正羅列一面各填其官畢便叩齒二十四通咽氣十二過祝曰

靈源散氣結氣成神分別前後總統泥丸上下相扶七神敷陳流形遐變養華元道引八靈上衝洞門衛驅攝景上昇帝晨畢次思

心神丹元字守靈(形長九寸丹錦飛裙)肺神皓華字虛成(形長八寸素錦衣黃帶)肝神龍煙字含明(形長六寸青錦披裳)腎神玄冥字育嬰(形長三寸六分蒼錦衣)脾神常在字魂停(形長七寸三分黃錦衣)膽神龍曜字威明(形長三寸六分九色錦衣綠華裙)

右六府眞人處五藏之內六府之宮形若嬰兒色如華童思之審正羅列一形叩齒二十四通咽氣十二過呪曰

五藏六府眞神同歸總御絳宮上下相隨金房赤子對處四扉幽房玄闕神室紐機混化生神且氣精微保結丹田與日齊暉得與八景合形昇飛紫微眞人曰昔孟先生論黃庭修此道八年黃庭眞人降之此妙之極也黃庭祕訣盡於此矣形中之神亦可從朝至暮

恒念勿忘不必待誦黃庭經矣

雲笈七籤卷之十二 優二

四十八

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉勅編進

三洞經教部

經

太清中黃真經 題并釋

釋題

中黃真經者

中黃者中天之君也真者得無為之身也經者為大道之徑也

九仙君譔

九仙者天之真也其位最崇下管八天上極真位頗兩儀之成形然大道之人包裹萬象含養天地以慈愛為百行之源以衆善為資身之本廓然洞達存不捨之根總察萬行無棄絕之智是以出五明殿入中和宮放無極光洞無極景及與黃人論無極之義顯分聖教須知無中不無欲悟玄元先了義趣得之者同其生失之者共其死衆體內之莫測病生靈之不悟元氣分散隨披行之所生體節分離掩太陰之泉

尸依余大教必歸雲路
中黄眞人注
中黄者九天之尊余始自人間登於聖路保養和氣深藏其精處中行未成功屬精誠然後用其慈愍剪其癡愆去捨萬端百靈潜護永絶愛慾陰神扶助然可服靈氣固眞一知神仙可學也
亦號曰胎藏論
夫胎藏論者蓋以人類受形於聖路保和於氣母陰陽交配隨行所成骨肉以精血爲根靈識以元氣爲本故有淺深愚智禍○福不同此經辨人倫之有形明腹内之修養窮本見末尋苗識根端明五藏然可修身用之以人受之以法守之以功若虧是行徒擅其能亦不可學也
胎藏論者蓋九仙君秦眞人之所集也眞人常觀察元氣浩然凝結成質育之以五藏法五行以相應明之以七竅象七曜以昭晰
夫人腹内有五行之正氣順之即無疾逆之即爲害頭象於天足應於地天欲得高高即日月明七竅欲得大七竅大者道易成爲心氣大骨氣大和氣大節氣大此爲神宅修道易成亦主有壽
其識潜萌其神布行
夫人受形於胎然布情識之根心識爲最因心運已得無不爲道有府神宅皆以心識爲用即未若無心捨損直上九天爲之大要
安魂帶魄神足而生
魂生於天魄生於地入胎成形諸神居位嬰兒在胞著知人事無息無聲合於至理○既出胎胺六識潜萌體髮五穀食惹並生隨識所用坐變癡盲故太微靈書有逐魂制魄法皆須用心存思若覺有忘捨前功悉棄此書並不載蓋爲捨損心識
形神相託神形相成口受外味以亡識身受内役以表情神離形以散壞形離神以去生殊不知皮肉相應筋骨乃成肝合筋其外爪心合脉其外色脾合肉其外脣肺合皮其外毛腎合骨其外髮鹹傷筋苦傷骨甘傷肉辛

傷氣酸傷血

玉華靈書云陽爲氣陰爲味味歸形形歸氣氣歸精精食氣形食味味傷形氣傷精初皆相因後皆相反初相生成後皆尅害穀氣盛元氣衰即反壯成老常欲得春七十二日省酸增甘以養脾氣夏七十二日省苦增辛以養肺氣秋七十二日省辛增酸以養肝氣冬七十二日省鹹增苦以養心氣季月末各取十八日省甘增鹹以養腎氣但依此養生亦可得三百歲矣存神亦得弃於諸天只得爲仙官爾不得列於尊位

故聖人曰先除慾以養精後禁食以存命是知食胎氣飲靈元不死之道返童還年此蓋聖人之所重也且夫一士專志下學而上達一夫有心覩天道之不遠學而無志謂之愚

惟玄籙云無志之夫萬行不成矣

不學不知謂之家

玄元章云三生修道未具志今生方遇中黄秘若能閉得養形章陰神永不奪人志學道修行大忌輕言泄事縱得玉籙金章終不成道凡人遇異書奇術皆天神助應自是人慁慢其神理難成道也無分之人永不相遇矣

然三蟲未去子踐荊榛之田當三蟲已亡自達華胥之國

玄鏡章云華胥國者非近非遠乎非人境所知非車馬所到此國方廣數萬里其國無寒熱無蟲蛇無惡獸國内人民盡處臺殿上通諸天往來人無少長衣食自然不知煙焰勞計之勤不識耕桑農養之苦所思甘膳隨意自生百味珍羞盈滿堂殿甘泉涌溜注浪橫飛九醖流池自然充溢人飲一盞體生光滑異竹奇花未無凋謝祥禽瑞獸韻合宮商一國人民乎相崇敬然其國境外有三十里草莽荊榛四面充合上有飛棘羅覆數重下有蒺藜密布其地欲遊是國先度此中不顧凡身然可得入少生悔意終不見達凡言三十里荊棘者爲與三尸相持身受虛羸寂寞思食無味

等咏及三蟲亡後身識沖和情理安協冥
心內境自達胎仙既入華胥方驗是跡洞
玄靈界非凡所知
顯章雲路備述胎仙知聖行之根源辨仙官
之尊位至於霞衣羽服玉館天廚蓋為志士
顯言聊泄天戒非人妄告殃罰明徵
准玄元教令科凡是秘密天篆不可妄開
罰當有滅門之禍輕言泄事陰神爲慢易
玄科天奪人志雖欲學道多逢難事隔塞
也大忌之
審此聖門必登雲路
三天教云閉言之人與道合神天助其德
有其玉骨如此之人修道必成無疑耳
慎無傳於淺學輩莫示於斯文
學道無成謂之淺學妄傳此等當有刑禍
之殃道教禁科大忌違犯罪無量誠
之
慢而折神輕言損壽
玄格曰與人諍曲直尚減算壽況泄天章
輕文傳示彼既受禍此亦獲殃家當橫難

身備刀光
若非志士無得顯言
夫志士學道心跡無二然可口傳勿示文
字
總一十八章列成一卷
一十八章者為人有五藏六府外有七竅
頭應故有十八章不言九竅者同於北斗
九星兩星不見一卷者萬行歸之於一此
皆事合形神應於運理
號曰胎藏中黃經皆以篇目相銜文句相繼
義精於成道言盡於養生行顯意直事具文
切食氣之理備載歸天之道以成援筆錄章
列篇於後
內養形神章第一 此章五句三十五言
內養形神除嗜慾
洞元經云修養之道先除嗜慾內合五神
次當蹤粒心不動搖六府如燭常修此道
形神自足
專修靜定身如玉
夫人心起萬端隨物所動常令靜居不欲

與衆混同內絕所思外絕所慾恒依此道元氣自足

但服元和除五穀

世人常以五穀爲肌膚不知五穀壞身之有餘今取春三月淨理一室著机案設以厚褥牀席案上常焚名香夜半一氣初生之時乃靜心神當叩齒三十六通以兩手握固仰卧瞑目候常喘息出時便合口鼓滿咽氣以咽入爲度漸漸咽之若入肚即覺作聲以飽爲度飢即更咽但當坦然服之無所畏懼氣入後如口覺乾即服三兩盞胡麻湯此物能潤腸養氣其湯法取上好菖蒲三大升去皮九蒸九曝又取上好茯苓三兩細杵爲末先下菖蒲末煎三兩沸次下茯苓末又煎數沸即入少酥蜜滿即飲一兩盞兼止思食或四時枸杞湯特飲一兩盞亦善咽氣自得通暢但覺腹中安和咽氣漸當流滑一切湯水盡不要喫自得通妙理但服氣攻盤腸糞盡咽氣自然如湯水直至臍下初服氣小便黃赤勿怪也心胃躁悶亦勿懼但心境不移自合妙理若不絕湯水雖服腸中滓盡終不得洞曉是非或若要絕水穀只在自看任持亦不量時候遠近亦有一月亦有五十日亦有百日者三丹田自然相次倚滿一月下丹田滿六十日中丹田滿九十日上丹田滿下丹田氣足藏府不飢中丹田氣滿體無虛羸上丹田凝結容貌光盛三焦平實永無所思神凝體清方察是非下丹田滿者神氣不泄中丹田滿者行步超越上丹田滿者容色殊絕既三部充實自然身安道泰乃可接心聖境養息胎仙此爲專氣之妙門求仙之捷徑也若或食或斷令人志散好食諸味雖遣穀氣此二事者習氣之所疾求仙之大病經曰鹹美辛酸五藏病津味入牙脊心境致令六府神氣濁百骸九竅不靈聖人能堅守禁絕嗜慾諸味者九十日三丹田凝實百日內觀五藏三百日鬼怪不藏形陰神不敢欺千日名書帝錄形入太微

必獲寥天得眞籙

凡飛錬上昇為下天仙官存想無為氣神修三一之道得上天仙官若眞子服胎息成者得寥天昇眞籙千乘萬騎迎子當獲中天眞尊

百日專精食氣足

謂三丹田氣足也凡食氣吞霞言是休糧蓋非旦夕之功先以德行護身次以除陰賊嗔怒此學道之志也陰賊未息三蟲不除或行非教之事不復成矣故太微玄章曰除嗜慾去貪嗔安五臟神足矣

食氣玄微章第二 此章二十六句一百八十二言

食氣玄微總五事

夫言玄微者皆事理莫違謂之玄妙言五事者但學絕粒即魂魄變改三尸動搖

大關之要莫能知

夫人內行未成不知諸魔相違謂言遣法無効蓋不達眞正理也若是先具內行人只服津液由得不飢況於服氣乎

元氣初服力尚微

夫服氣為有滓穢至一七二七已來穢穢退出漸覺體內虛弱百節無力但勿為懼緣元氣未達腹胃中所以覺虛弱但咽氣使漸通流日勝一日但當堅志守一候下丹田滿頓無飢渴假令未達皮膚容色黃瘦亦勿以為長復當悅懌矣如不專志兼食行即用氣無効也亦變數敗此亦為不具內行人即如此有愛緣牽心致自使敗

要乎將心運守之

太元經曰凡休粮諸門甚多學道至近須九年以下無成者唯有服氣堅守百日禁諸湯水子心不動三尸自除永無敗矣只為學者浮心未定居二疑之端使心神動搖三尸齊起百思既至心跡難歸雖服氣易為退敗慕誠必不靈矣

穀氣未除乎何別氣則難停而易淺

夫體服氣欲速達五藏除湯藥外諸物禁斷四十九日穀氣自絕若少食諸味即難達穀氣者要用氣使內藏分明當服此元氣經五十日百物不食閉目內想腑藏中

氣從心起散至四肢仰卧呪曰中央戊己
內藏元氣黄色力堅運之可治丹陽莫辭
朱陰共議得達四支黄雲大起每至五更
鷄初鳴時常候其令參差如此二十七日
內見脾藏中氣鬱鬱如黄雲透過四支後
當使此氣誠燭吹大百步外便使之如大
風起可以與黄雲閉彼形人無見者若不
依五更初及不能堅守或則少一日即無
効矣此中黄閉氣法

○或即體弱而心虛或即藏虛而力劣
用氣未達四肢當有虛弱之患但志之勿○
為懼矣大洞經云守之如初成道有餘

一者上蟲居腦宮
洞神玄訣上蟲居上丹田腦心也其色白
而青名彭居使人好嗜慾癡滯學道之人
宜禁制之假令不絕五穀常行此心一年
之外上尸自終人不知行空絕五穀若不
絕貪欲為得蟲終滅也
萬端齊起搖子心常思飲膳味無窮想起心
生若病容

學道者不得內行扶身却為三蟲所以惑亂
也

二者中蟲住明堂
洞神玄訣曰中蟲名彭質其色白而黄居
中丹田使人貪財好喜怒濁亂真氣使三
魂不居七魄流閑洞玄經曰無喜無怒中
尸大懼不貪不慾和氣常足坐見元陽萬
神來集
遣子魂夢神飛揚或香或美無定方或延或
○退難守常精神恍惚似猖狂令子坐敗食穀
根子若知之道自昌
怡然不易其道自成也

三者下尸居腹胃
下尸其色白而黑居下丹田名彭矯使人
愛衣服耽酒好色但學道之人心識內安
三尸自死永無敗矣
令子淡泊常無味
若常守淡泊三尸既亡永無思慮矣
靜則心孤多感思擾則心煩慾多起
服氣未通被三尸蟲較力或則多慾或則

多悲思惑則多嗜滋味
使人邪亂失情理子能守之三蟲棄
太上昇玄經曰食氣堅心一月內一蟲當
死二蟲無託人但能服氣志守三十日上
蟲死六十日中蟲死九十日下蟲死百日
心不移即體康神清永永不敗若惑食惑
斷令人志退則無効也
得見五牙九真氣
五牙爲五行氣生于五藏中九真者爲九
天之道也此五藏咸還應九天所以五藏
之氣名九天也元氣成當自別得五行之
氣驅使無所不通也
五牙咸惡章第三 此章六句四十二言
五牙咸惡辛酸味
若五味不絶五藏靈氣不生路不斷惡欲
之想但令水穀除何處不生五氣五氣既
生即五情自暢五藏既満元氣自凝元氣
既凝五神自見五神既見賤惡人間何世
累之所能牽也
爲有三蟲鎭隨于尸鬼坐待汝身死何得安

然不驚畏
三尸之鬼常欲人早終在於人身中求人
罪狀毎至庚申日白於司命若不驚不懼
不早修錬形神制絶五穀使年敗氣衰形
神枯悴縱使志若松筠亦復無成矣一朝
命絶悔恨何及
勸子將心捨煩事
服氣人大要者靜持心神止捨煩務使三
蟲動而無効神氣行而有徴自得五神頀
玄妙理潜達
超然自得煙霞志
能清能淨即自得志潜明超然洞悟煙霞
之暢在乎目前
煙霞淨志章第四 此章四句二十八言
煙霞淨志通神異
若得水穀氣除自然諸脉通曉五藏靈光
生纖毫自有深異故不可測也靈光神氣
也
令子坐知生死道
若能制絶諸味百日後無不成矣自得衆

靈潛伏生死之路備覩機械天外陰司之
道常如矣

蒸筋懸骨達諸關握固潛通開百竅

謹案胎息志理經云凡服氣五十日後假
令未絶水穀氣過日色睛明時景朗暖景
正午時當於室宇内淨軟牀席散髮於枕
上握固於兩脇之傍然後叩齒七通端心
瞑目似覺微悶即須用力握固漸漸筋脉
徐開靈氣潛通於骨肉之間津液汗澤於
皮膚之上但當數數運用日得顔色光悅○
氣力兼倍髮如新沐髮若青絲如不解閉
氣鍊形使用元氣行通於毛髮之間自然
每度鬢髮疏蠏若不得此術雖復休糧長
生有同元礫草木無精光也

百竅關達章第五此章四句二十八言

百竅關達總有神

百竅通於百穴百穴通於百脉服上二元
通於肝肝脉通於心故心悲則淚發於瞼
開膀上雙穴通於鼻脉鼻脉通於心脉故
心悲則鼻酸鼻脉復通於腦脉故腦熱則
鼻乾洞神明藏經云百脉通流百竅相望
百關相鎖百節相連故一穴閉則百病生
一脉塞則百經亂故服氣無疾諸脉常自
通暢道人不死胃腹無物停留鑒察吉凶
百神歸集於體寒熱不近元氣調伏於身
毒物不干五藏靈神固護狂獸不搏土地
常自衛持隱現無難骨肉合於玄化即何
慮不通於聖智也

由子驅除歸我身

百關九御皆神宅也藏府無邪氣所生即○
萬神歸集邪氣即散氣是也若正氣流行
所有瘡疵疵瘤客氣自然消滅

恬然得達自明真

故得洞鑒昭然足辨邪正之類

自明真道永長存

致形神於不死之門昇乎身於九天之上

長存之道章第六此章四句二十八言

長存之道因專志

若不專不志則難通於聖理也

返荷三魂知不死

氣通之後當即自得形神明不死之路也

何物爲究七七裹

服氣滓盡後絶水穀最切者在四十九日漸漸當百脉洞達返照如燭俗心頓捨五藏恬和若不能堅持前功併棄

堅然慎守鹹酸味

少食諸味難遣穀氣

鹹美辛酸章第七 此章十句七十言

鹹美辛酸五藏病津味入牙昏心境

但是五味入牙皆通於兩眼之究散霑於百脉之内使穀氣堅實藏腹停留若求速達請卓然斷絶也

致令六腑神氣衰百骸九竅不靈聖

爲神氣不凝於丹田之中靈光不照於藏府之内

子能慎守十旬終諸脉洞然若明鏡

使功滿十旬神氣自當凝實靈光煥耀如燭無不洞達

六腑明神不隱藏與子言語説心境

五藏神自見也

滯子神功去路難大都穀實備爲病

若穀氣不除即不見幽玄至理也

穀實精華章第八 此章六句四十二言

穀實精華與靈陽經羅六腑昏諸脉

穀氣精華化爲涎膜經羅五藏六腑關節筋脉故不可知但是服氣人經五六十日後見腸胃中滓盡時謂更無别物不知穀氣精華殊未出也所以有思食慮散之意反使情切心懸不可堪忍亦爲尸鬼所禍也自後但有物如膿如血或若壞脂或若雞鴨真此乃穀氣欲出有此狀也後更三二十日又有異物如涎如膜此則穀實精華之狀也若先曾兼食服氣或斷或絶經歷歲餘一旦頓絶遲校便成若無此物亦不怪也但無穀氣則諸脉洞達反照如燭大洞經云初服氣人亦覺腸中滓盡又見所食湯水旋於腸中出謂腹内更無别物不知穀氣未出也穀氣若盡想更有何所思形神如歸豁然安泰清無慮思寂寞瘦弱等患疾亦何懼退敗不進之憂必審而

恩之無得退也若能頓絕湯水待三十日
已來卻退不能堅持即若穿井及埿見水
而不取也一何痛也

元神不返欲何依子心未達焉能測

穀氣未除於藏腑之間神氣不守於丹田
之內故道者昧然無知神功在近也

可惜玄宮十二樓那知返作三蟲宅

若不修鍊形神身上宮室皆為三蟲之窟
宅

三蟲宅居章第九 此章四句二十八言

○三蟲宅居三部裏

此蟲常在三丹田內

子能運用何憂死

但依聖人之言用心修行何殃累之所及
也

漂然鬱鬱常居此

元氣常引內氣周流身中即卻復丹田之
內也

自辯元和九仙氣

穀氣盡即自辯識元氣也

九仙真氣章第十 此章十二句八十四言

九仙真氣常自靈三蟲已死復安寧

大洞元經曰三蟲亡神氣昌內照五藏中
氣使之如神若居世遊隱法具在胎息章
中說

由子運動呼吸生

神氣若足呼吸運動與起雲霧自然得成
隱化無滯

居在丹田內熒熒

脈氣成者居在丹田中凝結若驪子炳煥
○如燭光照數里內無不見是為三丹田氣
自然如此也

○筋骨康強體和平

三光經曰鍊髓如霜換骨如剛脈之千日
力倍於常後能日馳千里奔馬不及也

心識怡然自暢情思逸神高心彩明

食氣成者心神常自暢悅情高思逸棄賊
人間也

卻聞五味覺膻腥

觀五味見滓敗示五香聞腥壞尋苗見根

故有是閑自然如此為天氣逮也俱有此
見
肌膚瑩白筋骸清
胎息章中自有鍊骨法具載也
地府除籍天錄名生察陰司役神明內合胎
仙道自成
入胎息至五百息當入異境地籍除名三
天錄仙至千息魂遊上境
胎息真仙章第十一 此章四句二十八字
○胎息真仙食氣得却閉真氣成胎息○
服氣二百日五藏虛踈方可學入胎息惟
九天五神經云先須密室無風厚軟氈席
枕高四指體與身平求一志人同心為道
侶然後捐捨心識握固仰臥情無所得物
無所牽靈氣漸開心識怡然初閉息經十
息至五十息至百息只覺身從一處如在
一房中只要心不動移凡一日一夜十二
時都一萬三千五百息故太微昇玄經云
氣絕曰死氣閉曰仙魄留守身魂遊上天
至百息後魂神當見其魄緣是陰神常不

殺人生其神七人衣黑衣戴黑冠秉黑璽
洞神經曰為之玄母此神是陰尸之主若
見此神子當謹心存念咒曰玄母玄母吾
尸之主長骨養筋莫辭尸戶吾與魂父同
遊天去女當見魂父三人各長一尺五寸
衣朱衣戴朱冠秉朱璽當引上元宮諸腦
神百餘人出于當身見三丹田中元氣如
白雲光照洞達當呼三魂名一曰爽靈二
曰胎光三曰幽精得此三魂陽神領腦宮
神引子元神遊於上天初出之時只覺身
○
從一黑房中出當見種種鬼神形容或偉
大者數丈或微小者如鶯雀或披髮若亂
蓬或開眼如張電為上界道路皆是鬼神
之邊路子但安心無生懼意亦須得良伴
相助緣元氣上與魂神相應若有懼心元
氣當自口鼻出即子身不得去也但一夕
之中令傍人自記喘息數至息已子當與
三元神同遊上界也其道當成以後即不
得微有泄漏大慎大慎但不顧於物鬼神
伏德

羽服彩霞何所得皆自五藏生雲異

後鍊形上昇自成五色羽衣中天羽經曰輕輕服蟬翼璨璨光何極蟬爲飲氣乘露故生羽翼人服元氣而天衣不礙於體即可知也

五藏眞氣之苗英

五藏眞氣章第十二 此章十四句九十八言

太華受經曰元氣含化布成六根吉凶受用應行相從内氣爲識胎氣爲神子能胎息復還童嬰反魂五藏之始先布於水内○

○有六府外應六根

肝主東方其色青

太明五緯經曰肝主於木生於水尅之於土來自東方其色蒼受之於陽潛伏此氣千息生光但常用氣未至胎息當存想青氣出之於左脇但六時思之不輟自子時常隔一時至五十日當見此氣如青雲用此氣可治一切人熱疾時行臃腫疥癬急疫但觀前人疾狀量其淺深想此氣攻之無不愈差如觀前人肝色枯悴不可治也

子但閉固千息經青氣周流色自成

胎息經千息爲内養此氣青色當自凝結

心主南方其色赤伏之千息赤色出

太明五緯經曰心主於火生之於木尅之於金來自南方其色赤光受之於未陽爲夏天也潛伏千息當出心堂常服氣未至胎息每日午時想赤氣在心大如雞子漸漸自頂而出自散呪曰南方丙丁赤龍居停陰神避位陽官下迎思之必至用之必靈自此三呪之能常行此氣存想五十日○不闕當有赤氣如火光自見用此氣可治人一切冷病當用氣攻前人病時其人面色帶青即不治陰氣不可治凡存神氣法並不欲得遣人知

○肺主西方其色白服之千息白色極

太明五緯經云肺主於金生之於水尅之於木來自西方其色白澄淨微芒功達千息光微洋洋常服每至丑時存想肺間有氣狀如白珠其光漸漸上注於眉間後乃呪曰西方庚辛太微玄眞内應六府化爲

肺神見於無上遊於丹田固護我命用之
成仙息念如律令存念一遍如此四十九
日肺中有氣如白雲自見此氣照地下一
切寶物及察人善惡示表知裏如不行存
想五氣法服氣三年方見五藏內事此緣
不具真行使用不辨相尅相生如寒用心
氣緣是火氣如熱用腎氣緣是水氣不辨
用氣即無効也九氣經中亦不言氣法寥
廓尚秘況是人間也

○脾主中央其色黃服之千息黃色昌

太明五緯經云脾主於土生之於太魁之○
於水來自中方其色黃閉氣千息不致伏
藏存想黃氣但一日一想不限時節亦無
呪其脾藏存之四十九日自見此氣已後
能用可將身入墻壁人盡不見

腎主北方其色黑服之千息黑色得

太明五緯經曰腎主於水生之於金魁之
於火來自北方其色黑微若伏之下元主
持命身內有真白守之不忘此五藏神氣
但至五更初各存想氣色都出於頂上訖

即止亦不假一一別存想兼不用呪亦得
只是較遲滿百日方有効驗也

驅役萬靈自有則

服氣心志正兼行內行內外相扶一年後
應是人間鬼怪精魅及土地神祇並不敢
藏隱所到去處地界神祇先出拜謁常隨
衛道者陰司六籍善惡具知然亦不可使
將驅使緣未具三天真籙處有損折若入
胎息得昇身訣且要遊人間但依此經尸
解法然可遊世即無遮礙不爾未可忘道○

○若不務此術但務化人矣自他俱利

乘服彩霞歸太極

胎息伏陰經曰內息無名唯行想成若不
行戒行入胎息未得合神太微靈隱書曰
凡人入胎息遊人間行尸解術隨物所化
故有託衣衾所化者常以庚辛日取庚時
於一淨室內焚名香一罏於所卧牀頭兼
須設机案上著香鑪下著所拄者龍杖及
履鞋等物盡安置於頭邊身衣不解以衾
蓋之首西而卧自念身作死人當陰念此

呪七遍呪曰太一玄冥受生白雲七思七召三魂隨迎代余之身捲余之形形隨物化應化而成急急如律令此存念一食間但依尋常睡如當存念之起一食久輒不得與人語若與人語其法不成如此常行四十九日漸漸法成後要作不問行住坐卧陰念此呪七遍隨手捉物身使別處去衆人只見所把之物身將以死矣後却見物還歸本形此法即可以下界助身不可以便行非法之事大須護慎其法大須隱○默若卧在牀上但以被覆身隱念一遍使却出入只見所卧衾被是身不見被形若於財色留心當為神理銷折矣

太極真宮章第十三 此章九句六十三言

太極真宮住碧空絳闕崇臺一萬重玉樓相行列危峯

上界宮館生於窈冥皆有五色之氣而結成下界土地皆是水氣橫凝扶住故不得自在不得堅長不得平正上界以八珍為土地七寶為用器至於宮殿七珍合成有自然不運之力無人功興動之用上界以七珍精氣為日月下界以陰陽純氣為日月下界言一年三百六十日是上界一日十二時也太黃經曰不食土地精生居太一城為形神俱得去也

瑤殿熒光彩翠濛

為七珍翠彩煥爛光徹內外無隱礙千閣萬樓互相影對太仙真人猶居此外也

紅雲紫氣帶擁容玉壁金梁內玲瓏

玄宮玉堂經曰白玉為壁黃金為梁青琳○為柰紅壁為牀進以九霄之膳酌以八瓊之漿

鳳舞鸞歌遊詠中

上界有天鳳舞鸞霄之歌並是由名也

玉饌金漿意任從

九安玄廚經曰一日十進九霄之膳七獻八瓊之漿一日十進食八獻酒

九氣真仙位列崇

胎息得列九真上仙

九氣真仙章第十四 此章十句七十言

九氣眞仙衣錦衣綃縠雲霞蟬帶垂
真君衣瓊文錦蟬縠之衣也
天冠搖響韻參差
冠搖釆珮響韻五音爲自然也
九文花履錦星奇
九文錦爲履其花零亂如衆星鎖壁也 三十四
却佩霓裳朝太儀
霓服仙官朝眾人初得仙皆朝太儀真君
九天主也
十方彩女執旌麾百靈引駕玉童隨前有龍
○
○
播後虎旗
前朱雀後玄武左青龍右白虎皆是百靈
之數
羽服飄颻八氣吹
八氣八方正氣先治道路也
更上家天入太微
太微都在第五天金星輪朱華宮赤太微
管下界生死籍都每四時八節中籍奏聞
上界太微凡此官吏有四十萬衆大數
太微玄宮章第十五 此章八句五十六言

太微直上家天界動靜風調鳴竽籟
太微上界所有風搖皆如笙竽之韻如樂之所自然如此也
殿閣穹崇何杳隗
杳隗謂虛峻極也殿閣重數甚多模壯尤麗也 二十五
壽永衣輕人體大九天各各皆相倍
九天羽服儀仗各各相次加倍朋衣轉輕人體轉大彩翠鮮華日月轉遠長遠也
○
是爲因心得自在
因心運身得出三界
○
靜理修眞爲聖人九行門空列章載
夫九行者道人之窟宅動息住持不離其內一者以慈愍爲衣二者以止捨爲食三者以正心爲乘四者以專志爲才五者以謙下爲牀六者以順義爲器七者以動息爲屋八者以修空爲宅九者以陰施爲業修道之子不持此九行去道踈矣
九行空門章第十六 此章十二句八十四言
九行空門至眞路大道不與人爭怒動息能

持勿暫停陰神返照神常助

持心不息其道易成

諸行無心是實心因心運得歸天去

無心之心因心運心雖無有心還因心有

除苟無心是謂眞

衆事曰苟無事曰除除心止念萬行歸余

自隨胎息入天門

胎息以善行爲要機無念爲至路

玄元正理內藏身無曲滑形體合眞

洞玄經曰心無曲萬神足

○三部清虛元氣因六府爃成百萬神

三元靜六府調眞氣歸於眞行二理相合

五藏六府諸神共有百萬自然相和應也

六府萬神章第十七 此章十句七十言

六府萬神恒有常 豐上

五藏六府百關九節有神百萬若日常清 正本無

淨晉之即當自見

元和淨治穀實盡

但以元氣攻運何穀氣之不去

大腸之府主肺堂

肺爲首三焦之主

中有元神內隱藏

藏府既淨萬神自藏故太明經曰大腸主

肺也鼻柱中央爲候色也重十二兩長一

丈二尺廣八寸在臍左邊曲疊積一十二

盤貯水穀一斗二升主十二時內有神各

具本色衣冠十二人若除水穀氣盡元氣

自足其神當見各據本時迭相更直以衛

修道之子也

○腎府當明內宮女外應耳宅爲門戶

內神經曰精主腎胃爲後宮內宮列女

耳腎之官承氣於耳左腎爲壬右腎爲癸

循環兩耳門中有神五百人內有元神守

自都管兼主志凡人好嗔怒即傷腎腎傷

即失志俱喪元神故道者忌嗔怒道成內

神常見於人當衛道者也 豐上 正本

膀胱兩府合津門氣海循環爲要路

膀胱是兩府氣腎合膀胱乃受津之府上

應於舌根也津液往來常潤肥澤舌岸以

應兩膀胱氣若少不潤服氣人未成當欲

少語以養津也語多即口乾口乾難用氣
也中有神三百六十人以應一年之數氣
成當見其神常抱無貪之行故道者不貪
志合神理大洞昇玄經曰行合神見道成
歸天此神人行胎息即自出常護衛人近
道者也

子當得見內神章終身不泄神常助

勿泄天神章第十八 此章八句五十六言

勿泄天神子存志

終始不泄天神助子

○凡是天章勿輕示三十三篇世絕知況復中○
黃秘中秘

道有胎光經三十三篇禁絕不許妄傳泄
況茲中黃靈句秘之特重慎之慎之

先禮三真玉仙使然後精心觀文字

教令科云欲開示三真等經先須擇甲子
日淨室燒香心存兩華真人念三天真君
同開作證首東作禮四拜然後云某爲求
道輒開九天大聖真文傳示一遍故得百
靈同助身歸太無名入天戶不得示三人
切忌容易泄漏若不依經教妄開示如覩
常文必有殃責非淺莫輕慢

違教身罹非命殃子孫受禍當須忌

餘殃明罰世世子孫受禍大忌大忌

雲笈七籤卷之十三 僧五 辛八

[illegible]

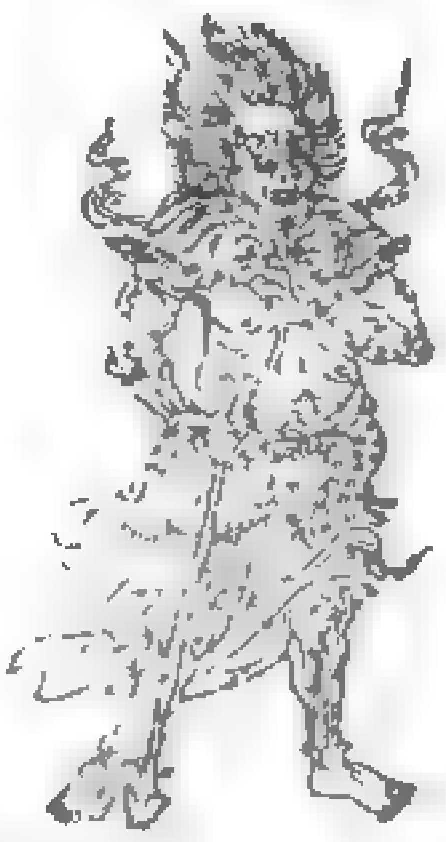
三洞經教部

經

黃庭遁甲緣身經

道言昔於蘂珠宮中聽黃庭妙義大道琴心靈篇內圖變化之道人之受生分靈道氣含和陰陽遂樂聲色爲滋味所惑爲奢淫所誘亡失正念虛度壯年焉知動靜出處當依教修習履歷妙行以輔養其神則身安靜萬災○不干邪魔不撓存念善道遠離惡道往來出入當呼今日日神姓名字云某送我去來如是呼之乃行其道直日神與人同行神道衆惡不干能却百鬼不逢惡毒又奏表上謁貴人皆書符持懷中三呼直日之神與我同行入疾病家死生家置符於懷中遇陰日右畔陽日左邊若入山林避難者三叩齒直呼之神名字并呼甲申神山中鬼魅狼虎之類盡皆逃走若辟除惡神鬼者書六甲六乙符持行并呼甲寅神鬼皆散走若入軍陣辟兵即書六丙六丁符并呼其神姓名仍呼甲午神名兵刃不傷若欲辟火者書六壬六癸符并呼其神又呼甲子神姓名字云與我同行即不被燒爇若欲避水難者書六戊六己符并呼甲戌神即免水溺若縣官口舌書六庚六辛符并呼其神姓名又呼甲辰神官符口舌悉皆解散已上所言書符帶之秘之勿傳假令甲子神姓王字文卿王自是姓文卿是字至癸亥他皆倣此從神計八百七人每日有一神當直人能每日清旦三叩齒誦直日之○神名云某君爲直日與我俱行使我所在咸亨利貞又每日三叩齒誦本命神須食之物宜與本命神契尤加福壽更能於本命日與本命神作大福利吉慶尤甚其乞左青龍孟章甲寅右白虎監兵甲申頭上朱雀陵光甲午足下玄武執明甲子月爲貴人入中央右此一首常密念之令熟勿令出聲不要他人知若有縣官或有殃害之氣軍陣險難之處及入他國未習水土或遇疫病辰日數數存念之或入孝家臨屍見喪亦入門一步誦一

遍叩齒三下當誦三遍此我法也來日平旦
便念四海神名
東海神名阿明　西海神名祝良
南海神名巨乘　北海神名禺強
四海大神辟百鬼蕩凶災急急如律令



○黄庭内景秘要六甲緣身經曰若人卒得疾○及癕瘇惡氣飛尸百毒惡夢之屬使閉氣誦甲午至戊戌止留氣在上丹中上丹中者在兩乳間也閉氣閤誦甲午至戊戌十遍然後吐氣又誦甲子至戊辰止留氣在下丹中下丹中者臍中也亦閤誦十遍然後吐氣以治

建八尺之質含萬有之軀外有四支九竅内有五臧六府各有神主精稟金火氣諧水木

五藏者是五神之府含生之器神欲安氣欲寬導養之妙

大則躁而理金則勇而義躁與勇義與理陰陽之數也長陰則殺長陽則生生殺之數也故抑躁行理義則生長勇罷理義則死外行理義内安肝膽導養之秘也以忠孝為先不識其原傷生之道然知其本靈秘之術若能安其神鍊其形攝生得氣歸正背偽出其恍惚入其玄妙辨補瀉之理誕延育之方可昇仙矣子竭鏡焉道在其中也黄帝教受靈訣專精行之未逾一紀而神猷先鑒行氣使心精步逾玄含靈契理入水不溺入火不焚氣○運於内神應於外豈非至真哉謹具五藏王○軸圖於後

肺藏圖

治肺當用呬呬為瀉吸為補夫肺者兌之氣金之精其色白其象如懸磬其神如白狩肺

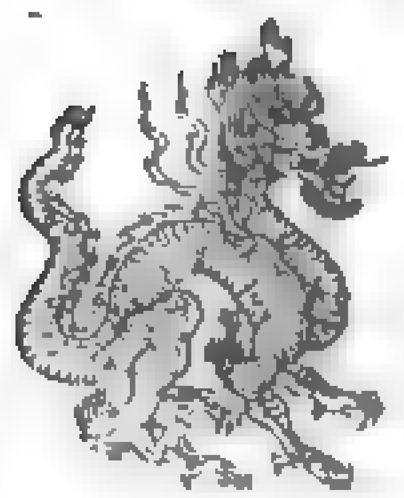
主魄魄化爲玉童長七寸持杖往來於肺藏其神多悲者蓋發於肺藏也欲安其魄而存其形者則當收思斂欲含仁育義不怒其悲不聲其聲息其生則合手太和肺合於大腸上主於鼻故人之肺有風則鼻塞也色枯者肺乾也人鼻痒者肺有蟲也人之多怖者魄離於肺也人之體生白點者肺微也人之多聲者肺強也人之不耐寒者肺勞也好食辛者肺不足也顏色鮮白者肺無他惡也入大腸鳴者肺氣壅也夫肺主商肺有疾當用呬○呬肺之氣也其氣義則殘疾又以安神人有慾恐填塞胃臆者則呬而泄之蓋自然之理也向若不呬必致傷敗獲呬而獲生乎故病用呬耳夫人無苦用呬者不祥也夫肺處七宮驚門主信使人方正平直習武先忠則魄安形全也且肺者秋之用事秋三月天地氣明肅殺萬物雀卧雞起用安至精公施抑怒跂息兩相形長秋之道也逆之則傷肺常以七月八月九月望旭旦西面平坐鳴天鼓七飲玉漿三然後瞑目吸兌宮白氣入口吞之以補呬之損肺以正白之用以致玉童錢則神安思強氣全光體百邪不能侵之兵刃不能害之延年益壽名飛仙耳蓋所謂補寫神氣安息靈魄之所致哉

心藏圖

○治心當用呵呵爲寫吸爲補夫心者爲之氣○火之精其色赤其象如蓮花其神如朱雀心主神化爲玉女身長八寸持玉英出入於心府也其神躁而無準人之暴急者蓋發於心藏也欲安其神而全其形者則全忠履孝輔義安仁止其風靜其息其識澄其神而全其形則合中和也心合手小腸主其血脈上於舌人之血壅者心驚也舌不知味者心虧也工智者心有七孔中智五孔下智三孔明達者心有二孔尋常者有一孔愚癡者無孔

也多忘者心神離也好食苦者心不足也多悲者心傷也重應者心亂也面青黑者心氷也容色赤者心無他惡也夫心主徵心有疾當用呵呵者心氣也理其氣體呵能靜其心而和其神所以人之心亂者則多呵蓋天全之候也人皆為而不知哉向若不呵當致憤怒者也故心疾用呵除邪氣也夫心處九宮騖門主智使人樂善好施恭孝以修仁則心和而形全也且夫心者夏之用事也天地氣交萬物華結亥霰丑起無猒於養美成實長夏之德也逆之則傷心常以四月五月六月弦朔清旦南面端坐叩金梁九漱玄泉三靜思想吸离宮之赤氣入口三吞之以補呵之損植其靈府開心穴餌离火濯王女神平體安衆殃不害金火不能傷治神之靈也

肝藏圖



治肝當用噓噓為寫吸為補夫肝者震之氣木之精其色青其象如懸匏肝主魂其神如龍化為二玉女玉童一青衣一黃衣各長七寸一負龍一持玉漿出入於肝藏也其神好仁人之行惠者蓋發於肝也欲安其魂而延其齡者則當澤被蜀棘恩覃庶類而後全其生則合乎太清者也肝合於膽上主於目肝盛則目赤又主於筋肝虧則筋急皮枯者肝熱也肌肉黑燕者肝風也好食醋味者肝不足也色青者肝盛也手足汗者肝無他惡也毛髮枯者肝傷也夫肝主角故肝有疾者當用噓噓者肝之氣也其氣仁也故除毀痛人之有傷痛者則噓之以止痛皆自然之驗也宜不以為靈哉此之至理也通玄之道且肝之主春春之用事春三月天地氣生萬物花葉繁茂人及蜀萌順陽之道也逆之傷肝也傷之則毛骨不榮也常以正月二月三月寅時東向平坐叩齒三通閉氣七息吸震宮之青氣三吞之補噓之損以享青帝之祀以致

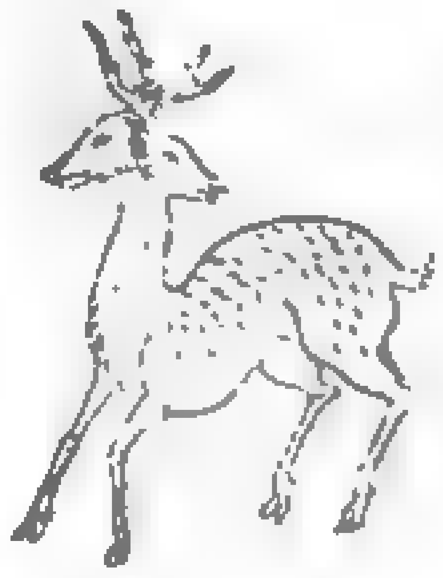
二童之餱木精乘王則肝歛寡衰精之妙也

脾藏圖

治脾當用呼呼為寫吸為補夫脾者坤之氣土之精其色黃狀如覆盆脾主意其神如鳳化為玉女長六寸循環於脾藏也其神多嫉妒人之疾妒蓋起於脾藏也土無正形故妒之無準也婦人則妒劇者乘陰氣也欲安其神則當去欲寡色少思屏慮長其土德而後全其生也脾合乎太陰脾連胃上主於口消穀之腑如磨之轉化生而入熱也食不消者脾不轉也食堅硬之物磨之不化也人不欲食能便卧其脾則倒倒則不轉食堅物生食不化則為宿食之患也故食不調則傷脾脾藏不調則傷質質神俱損則傷人之速故人之不欲食生硬堅澀之物全人之道也人不欲食為脾中有不化食也多惑者脾織不安也多食者脾虛也食不下者脾塞也無顏色者脾傷也好食甘者脾不足也顏色鮮滑者脾無他惡也夫脾主於中宮土也故脾之有疾當用呼呼者能引脾疾故人之中熱者呼之以驅熱溫之弊也向若不呼則熱氣擁於內陰氣息於外致憤悶之患形何從而安哉夫脾位寄於土宮宮主義也使人寬舒廣大屈已濟人以利不爭者也且脾之無正形寄王四季隨六氣助成萬物脾育腸胃義之道

也不以自專爲德不以物競爲功長坤之理逆之則傷脾常以四季月末十八日旭旦正坐中宮禁氣五息鳴天鼓七嚥土宮之黃氣入口五吞之補呼之損飲玉醴以致神之和以補於脾以佐神氣則入山不畏虎狼登險不懼顚蹶者行氣之精也

腎藏圖

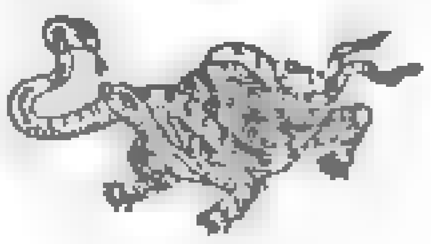


治腎當用吹吹爲寫吸爲補夫腎者陰之精坎之氣其色黑其象如圓石其神如白鹿兩頭化爲玉童長一尺出入於腎藏其神和也人之柔順者蓋發於腎藏也欲安其神則當仁德平廣膏潤萬物長其精順其志而後全其生形則合乎太清者也腎合於骨上主於齒齒痛者腎傷也又主於耳人之骨痛者腎虛也耳不聞聲者腎虧也齒多齲者腎虛也

齒黑齲者腎風也耳痛者腎氣壅也腰不伸者腎冷也色黃者腎衰也容色紫光者腎無他惡也骨鳴者腎羸也夫腎主羽人之有疾當用吹吹者腎之氣能瘳腎之疾故人之積氣衝腋者則強吹也腎氣沉滯吹徹則通且

腎者冬之用事三月乾坤氣閉萬物伏藏戌寢寅起與玄陰并外陰內陽以養骨齒以治其神逆之則傷腎常以十月十一月十二月面北平坐鳴金梁七飲玉泉三嚥玄宮之黑氣入口九吞之以補吹之損以待吻鹿之詞以致玉童之餌蓋腎氣神和體安則群祆莫害可致長生之道矣

膽藏圖



以前名五藏加膽名六府膽亦受水氣與坎同道膽有疾當用嘻嘻爲寫吸爲補圖刑已

附在肝藏夫膽者金之精水之氣其色青其象如懸匏其神龜蛇化為玉童長一尺或其手奔馳於膽其神勇人之勇決者葢發於膽藏也欲安其神當息忿寢爭與仁輔義其後全生也膽合於膀胱上主於毛髮毛髮枯者膽損也髮燥者膽有風也無懼者膽洪大也顏貌青光者膽無他惡也爪甲乾者膽虧也毛焦者膽熱也無事淚出者膽勞也好酸者膽不足也夫膽寄於坎宮使人觀智慈善併邪去佞絶姦治方直也且膽者生於金金主於武故多勇且抑之大吉夫膽秉陰之氣秉金之精故主於殺殺則悲故人之悲者金生於水目中墮淚也夫心主火膽主水火主辛水主苦所以人有弊者即言辛苦故為水火二氣相背則火得水而熄陰陽交爭水勝於火故目淚出淚流也苦而出故曰淚夫悲啼號泣其聲稱苦者為淚出於膽而以苦為詞也膽水也而主於陰目明也而主於陽陰從陽故從目出常以孟月端居正北思吸玄宮之黑氣入口九吞之以補嗜之損以食龜蛇之味飲玉童之漿然後神治體和顛不能犯邪莫之向膽氣所致也岐伯曰夫人之受天地之元氣生氣之來也謂之精精之摶也謂之靈靈之變也謂之神神之化也謂之魂隨魂往來謂之識並精出入謂之魄管主精魄謂之心心有所從謂之情情有所屬謂之意意有所指謂之志志有所憶謂之思思而遠慕謂之慮慮而用事謂之智智者乃識見者也蓋精神魂魄意志思慮情智見識之所用也抱朴子曰一人之身含天地之象具在身矣則胃腸為宮室四支為郊境頭圓象天足方象地左目為日右目為月髮為星辰齒為金玉大腸為江河小腸為川瀆兩乳臍膝為五嶽肝腎脾肺心為五行故修道者常理之若不修攝必致毀敗營衛不通血氣不流齒髮不堅五藏不調則傾化隨及故至人修其未毀治其無疾也

雲笈七籤卷之十四

雲笈七籤卷之十五

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉敕集進

三洞經教部

經

黃帝陰符經叙

陰符自黃帝有之蓋聖人體天用道之機也經曰得機者萬變而愈盛以至於王失機者萬變而愈衰以至於亡厥後伊呂得其末分猶足以拯生靈況聖人乎其文簡其義玄凡有先聖數家注解互相隱顯後學難精雖有所主者若登天無階耳近代李筌假託妖巫妄為注述徒參人事殊紊至源不愍窺管之微輒呈酌海之見使小人竊窺自謂得天機也悲哉臣固愚昧嘗謂不然朝顧聞道夕死無悔偶於道經藏中得陰符傳不知何代人製也詞理玄邈如契自然臣遂編之附而入注冀將來之君子不失道旨

黃帝陰符經 張果註解

經曰觀天之道執天之行盡矣

觀自然之道無所觀也不觀之以目而觀之以心心深微而無所不見故能照自然之性性惟深微而能照其斯謂之陰執自然之行無所執也故不執之以手而執之以機機變通而無所繫故能契自然之理夫惟變通而能契斯謂之符照之以心契之以機而陰符之義盡矣李筌以陰為暗符為合以此文為序首何昧之至也

故天有五賊見之者昌

五賊者命物時功神也傳曰聖人之理圖大而不顧其細體瑜而不掩其瑕故居夷則遵道布德以化之履險則用權發機以拯之務在匡天地謀在濟人倫於是用大義除天下之害用大仁興天下之利用至正措天下之枉用至公平天下之私故反經合道之謀其名有五聖人稱之乃謂之賊天下賴之則謂之德故賊天之命人知其天而不知其賊黃帝所以代炎帝也賊天之物人知其天而不知其賊帝堯所以代帝摯也賊天之時人知其天而不知其賊帝舜所以代帝堯也賊天之功人知其

天而不知其賊大爲所以代帝舜也賊天
之神人知其天而不知其賊殷湯所以革
夏命也周武所以革殷命也故見之者昌
自然而昌也太公以賊命爲用味以取其
驗也李筌不悟以黄帝賊少女之命白日
上騰爲非也
五賊在乎心施行在乎天宇宙在乎手萬化
生乎身
傳曰其立德明其用機妙發之於内見之
於外而已矣豈稱兵革以作寇亂哉見其
機而執之雖宇宙之大不離乎掌握況其
小者乎知其神而體之雖萬物之衆不能
出其胷臆況其寡者乎自然造化之力而
我有之不亦盛乎不亦大乎李筌等以五
賊爲五味順之可以神仙不死誣道之甚
也
天性人也人心機也立天之道以定人也
傳曰人謂天性機謂人心人性本自玄合
故聖人能體五賊也
天發殺機龍蛇起陸人發殺機天地反覆

傳曰天機張而不生天機弛而不死天有
弛張用有否臧張則殺威行弛則殺威亡
人之機亦然天以氣爲威人以德爲機秋
冬陰氣嚴凝天之張殺機也故龍蛇畏而
蟄伏冬謝春來陰退陽長天之弛殺機也
故龍蛇悦而振起天有寒暄德亦有寒暄
德刑整肅君之張殺機也故以下畏而服
從德失刑偏君之弛殺機也故姦雄悦而
馳騁位有尊卑象乎天地故曰天發殺機
龍蛇起陸寇亂所由作人發殺機天地反
覆尊卑由是革也太公諸葛亮等以殺人
過萬大風暴起晝若暝以爲天地反覆其
失甚矣
天人合德萬變定基
傳曰天以禍福之機運於上君以利害之
機動於下故有德者萬變而愈盛以至於
王無德者萬化而愈衰以至於亡故曰天
人合德萬變定基自然而然也
性有巧拙可以伏藏
傳曰聖人之性巧於用智拙於用力居窮

行險則謀道以濟之對強與明則伏義以
退避之理國必以是用師亦以是
九竅之邪在乎三要可以動靜
傳曰九竅之用三要爲機三要者機情性
也機之則無不安情之則無不邪性之則
無不正故聖人動以伏其情靜以常其性
樂以定其機小人反此故下文云太公爲
三要爲耳目口李筌爲心神志皆忘機也
俱失陰符之正意
火生於木禍發必尅姦生於國時動必潰知
之修鍊謂之聖人
傳曰夫木性靜動而生火不覺火盛而焚
其質由人之性靜動而生姦不覺姦成而
亂其國夫明者見彼之隙以設其機智者
知彼之病以圖其利則天下之人彼愚而
我聖是以生者自謂得其生死者自謂得
其死無爲無不爲得道之理也天生天殺
道之理也
天地萬物之盜萬物人之盜人萬物之盜三
盜既宜三才既安

傳曰天地以陰陽之氣化爲萬物萬物不
知其盜萬物以美惡之味饗人人不知其
盜人以利害之謀制萬物萬物不知其盜
三盜玄合於人心三才靜順於天理有若
時然後食終身無不愈機然後動庶類無
不安食不得其時動不得其機殆至滅亡
故曰食其時百骸治動其機萬化安人知其
神而神不知其神所以神也
傳曰時人不知其盜之爲盜只謂神之能
神鬼谷子曰彼此不覺謂之神盡用微之
功者矣李筌不知此文意通三盜別以聖
人愚人爲喻何甚謬也
日月有數大小有定聖功生焉神明出焉
傳曰日月有準運數也大小有定君臣也
觀天之時察人之事執人之機如是則聖
得以功神得以明心冥理合安之善也筌
以度數爲日月以餘分爲大小以神氣能
生聖功神明錯謬之甚也
其盜機也天下莫能見莫能知也君子得之
固躬小人得之輕命

傳曰其益微而動所施甚明博所行極玄妙君子用之達則兼濟天下大公其人也窮則獨善一身夫子其人也豈非擇利之能害乎小人用之則惑名而失其身大夫種之謂歟得利而亡裴李斯之謂歟宜非信道之不篤焉

瞽者善聽聾者善視絕利一源用師十倍三返晝夜用師萬倍

傳曰瞽者善於聽忘色審聲所以致其聰聾者善於視遺耳專目所以致其明故能十衆之功一晝之中三而行之所以至也一夜之中三而思之所以精也故能用萬衆之人李筌不知師是衆以為兵師誤也

心生於物死於物機在於目

傳曰心有愛惡之情物有否臧之用目視而察之於外心應而度之於內善則從而行之否則違而止之所以勸善而懲惡也筌以項羽昧機心生於物以符堅見機心死於物殊不知有否臧之用

天之無恩而大恩生迅雷烈風莫不蠢然

傳曰天以凶象咎徵見人人能做戒以修德地以迅雷烈風動人人能恐懼以致福其無恩而生大恩之謂也李筌以天地不仁為大恩以萬物歸於天為蠢然與陰符本意殊背

至樂性餘至靜性廉

傳曰情未發謂之中守中謂之常則樂得其志而性有餘矣性安常謂之自足則靜得其志而廉常足矣筌以奢為樂性以廉為靜殊乖至道之意

天之至私用之至公

傳曰自然之理微而不可知私之至也自然之功明而不可違公之至也聖人體之亦然筌引孫子云視卒如愛子可以之俱死何之

擒之制在氣

傳曰擒物以氣制之以機豈用小大之力乎太公曰豈以小大而相制哉筌不知擒義之誤以禽獸注解引云玄龜食蛇黃腰啖虎之類為是悲哉

生者死之根死者生之根恩生於害害生於恩

生者人之所愛以其厚於身太過則道喪而死自來矣死者人之所惡以其損於事至明則道存而生自固矣福理所及謂之恩禍亂所及謂之害損己則爲物之所益害之生恩也蓋刑孫子用兵爲生死丁公管仲爲恩害異哉

愚人以天地文理聖我以時物文理哲人以虞愚我以不虞聖人以期其聖我以不期其聖

傳曰觀天之運四時察地之化萬物無所不知而蔽之以無知小恩於人以蒙自養之謂也知四時之行知萬物之生皆自然也故聖人於我以中自居之謂也故曰死生在我而已矣人之死亡譬如沈水自溺投火自焚自取滅亡理國以道在於損其事而已理軍以權在於亡其兵而已故無死機則不死矣鬼神其如我何聖人修身以安其家理國以平天下在乎立生機以自去其死性者生之機也除死機以取其生情者死之機也蓋不睹天道以愚人聖人體道爲昧之人而驗天道失之甚也

故曰沈水入火自取滅亡

注在上矣

自然之道靜故天地萬物生

傳曰自然之道無爲而無不爲動靜皆得其性靜之至也靜故能立天地生萬物自然而然也伊尹曰靜之至不知所以生也

天地之道浸故陰陽勝

傳曰浸微也天地之道體著而用微變通莫不歸於正微之漸也微漸故能分陰陽成四時至剛至順之謂也

陰陽相推而變化順矣

傳曰聖人變化順陰陽之機天地之位自然故因自然而冥之利自然而用之莫不得自然之道也

是故聖人知自然之道不可違因而制之

注在文上

至靜之道律曆所不能契

傳曰道之至靜也律曆因而制之不能叶
其中鳥獸之謂也
爰有奇器是生萬象八卦甲子神機鬼藏
傳曰八卦變異之伎從是而生上則萬象
下則萬機用八卦而體天用九疇而法地
參之以氣候貫之以甲子達之以神機閉
之以詭藏奇譎之蕩自然也
陰陽相勝之術昭昭乎進乎象矣
傳曰陰陽相勝之術恒微而不違乎本明
之信可明故能通乎精曜象矣

天機經（附陰符也）

叙曰有機而無其人者敗有其人而無其道
者敗故易曰即鹿無虞惟入于林中君子幾
不如舍往吝故聖人觀其時而用其符應其
機而制其事故能運生殺於掌內成功業於
天下者也易曰君子藏器於身待時而動是
以聖人保之於靈臺以觀機變卷之則自勝
舒之則勝人察之則無形用之則不極易曰
陰陽不測之謂神而陰符象之矣故聖人不
測之符陶均天下而無所歸怨矣夫天為地

主道為德君故聖人奉地而法天立德而行
道奉天道而為經首明地以奉之易曰乃順
承天待時而動是故聖人將欲施為必先觀
天道之盈虛後執而行之舉事應機則無遺
策易曰後天而奉天時

夫聖人法地而奉天立德而行道居天地道
德之間建莫大之功者未有不因五賊而成
也五賊者其一賊命其二賊物其三賊時其
四賊功其五賊神皇帝王霸權變之道也是
以聖人觀其機而應之度其時而用之故太
公立霸典而滅殷朝行王風而理周室豈不
隨時應機驅馳五賊者也故聖人立本於皇
王之中應機於權霸之內經邦治身五賊者
備矣則天下望風而從之竭其性命而無所
歸其恩怨也乃謂之曰有道之盜無形之兵
嗚呼寇莫大焉五賊在心擒縱在手治身佐
世莫尚於斯經云見之者昌不亦宜乎

身

術曰夫人心身之主魂之宮魄之府將欲施

行五賊者莫尚乎心事有所圖必合天道此則宇宙雖廣覽之只在於掌中萬物雖多生殺不離於術內則明天地不足貴以遠以厚而況耳目之前乎

機

夫殺機者兩朝終始之萌萬人生死之兆旋雲雷未泰之日玄黃流血之時故天之為變也則龍出于田蛇游乎路此為交戰之機故曰龍蛇起陸人之為變也則春行秋令賞逆罰忠此為顛墮之機故曰天地反覆天人之機同時而發雖千變萬化成敗之機定矣

藏

夫仁者必有勇勇者不必有仁智者能愚愚者不必能智故聖人時通則見其巧而建其功時否則見其拙而昧其跡故孔明序曰太公八十非不遇也蓋審其主焉嗚呼性命巧拙之時識進行藏之勢可以觀變察機運用五賊所以然者夫聖人所以深衷遠照動不失機觀天料人應時而作故易曰知進退存亡而不失其正者其惟聖人乎

靜

夫九竅者在天為九星在地為九州在人為九竅九竅之氣不正故曰受邪受邪則識用偏識用偏則不可發機觀變故九竅之急在乎三要太公曰耳目口也夫耳目口者心之佐助也神之門戶也智之樞機也人之禍福也故耳無聰不能別其音目無明不能見其機口無度不能施其令夫三要不精上不能治國下不能治家況兵者乎懸人之性命為國之存亡靜動之間不得無事豈可輕而用之

人

夫火生於木火發而木焚國生於姦姦深則國亂亦猶蠹能作蠹蠹成則殺其身人能生事事煩則害其命非至聖不能修身鍊行防之於未萌治之於未亂夫十圍之木起於拱把百仞之臺起於足下治小惡不懼必成大禍嗚呼木不相摩火無由出國無亂政姦無由生有始有終是非不動能知之其惟聖人乎

安

萬物盜天地之精以生成人盜萬物之形以御用萬物盜人之力以種植彼此相盜各獲其宜倶不知為萬物化故能用機者法此三事以道之盜而賊於物物亦知為盜之道所以然者貴得其時也貴得其機也故曰合其時而食則百骸治應其機而動則萬化安乘時失機則禍亂生也

神

○老君曰功成不有為而不恃此全生立德之○本也夫小人者貪其財則以身徇利愛其名則以力爭功矜衒神跡而求神名物共嫉之必喪其命欲益招損是不神矣夫君子建大功而不恃防小禍於未萌進已進人推能讓物物共戴之故不奪其利自發神智不能爭物物共讓之不居其後為損招益是以至神矣故老君曰為者敗之執者失之誠哉言也

聖

假如千年一聖五百年一賢應日月之數所生而大小之人定矣夫大人出世應明德而建聖功小人當時則廢正綱而生禍亂故太公說於西伯知人望而已歸周劉琨表於瑯琊識天時而未辭晉陵母自死知明主之必興括母不誅見趙軍之必敗故天道人事賢者可以預知佐非其人夷於九族故易曰長子帥師開國成家小人勿用必亂邦也

命

夫成敗之道未形死生之機未發小人能見君子能知則易見而難知見近而知遠也夫○見機者則趨時而就利皆不保其天年知識○者則原始而要終固必全其性命

倍

瞽者善聽神不離於耳聾者善視心不離於目其為聽也神則專耳其為視也心則專目耳之與目遞為用師當用之時利絕其一心之所主則無事不精猶有十倍之利何況反覆以此用之三思精誠一計順時隱顯應機行藏以此用師固萬倍之勝利

物

夫人之心無故不動生之與死緣物而然物

動則心生物靜則心死生死之狀其惟物乎

目

目者神之門神者心之主神之出入莫不游乎目故見機者莫不尚乎目能知機者莫不尚乎心

蠢然

夫道不為萬物而生春萬物感春氣而自生秋不為萬物而殺萬物感秋氣而自殺其為生也不恃其恩不求其報故其恩大矣其為殺也不恃其威不求其懼其威大矣凡物取而得之者小不取而得之者大故聖人不取夫君王有道無道則人民治亂之機謌謡或樂或哀則時年豐儉之兆時人不能省察天地乃降徵祥或五雲騰起七曜變行皆因國風是以然矣且宋君失德熒惑守心及乎謝愆退之三舍用令傳古皎在目前以彼喻斯宜勞心術故智者悟於人事之初而愚者晦於星象之後矣

生

老君以無為有母靜為躁君夫靜者元氣未分之初形於元氣之中故能生天地萬物亦猶人弘靜其心不撓則能生天下萬物也

勝

勝陵長也天地之道各自陵長天則長陽也地則長陰也陰陽相招一晝一夜遞為君臣更相制勝故曰陰陽相勝夫開國用師必侵天道亦猶金火相交而非交不伏也天且弗違而況於人乎

順

易曰剛柔相摩而生變化變化不悪故曰順也夫人之育身治性尚不可逆時為之而況經邦佐世之難哉

契

至聖之道窈然無為無為則無機無機則至靜夫律曆之妙動則能知體既虛無莫得施其管術亦猶兵者不失其機不露其變雖有智士從何制焉

象

奇器者陰陽之故能生萬物亦猶人心能造萬事象矣進前象狀也八卦六甲鬼神機密

之事剛柔相制之術昭昭乎前列其狀矣

雲笈七籤卷之十五

雲笈七籤卷之十六

宋朝奉郎守尚書屯田員外郎充集賢校理臣張君房上進

三洞經教部

經

靈寶洞玄自然九天生神章經一名三寶大有金書

天寶君者則大洞之尊神天寶丈人則天寶君之祖氣也丈人是混洞太無元高上玉皇之氣九萬九千九百九十億萬氣後至龍漢元年化生天寶君出書時號高上大有玉清宮靈寶君者則洞玄之尊神靈寶丈人則靈寶君之祖氣也丈人是赤混太無之氣九萬九千九百九十九萬氣後至龍漢開圖化生靈寶君經一劫至赤明元年出書度人時號上清玄都玉京七寶紫微宮神寶君者即洞神之尊神神寶丈人則神寶君之祖氣也丈人是冥寂玄通元無上玉虛之氣九萬九千九百九十萬氣後至赤明元年化生神寶君經二劫至上皇元年出書時號三皇洞神太清太極宮此三號雖年殊號異本同一也分為玄元始三氣而治三寶皆三氣之

尊神號生三氣三號合生九氣九氣出乎太
空之先隱乎空洞之中無光無像無形無名
無色無緒無音無聲導運御世開闢玄通三
色混沌乍存乍亡運推數極三氣開光氣清
高澄積陽成天氣結凝滓積滯成地九氣列
正日月星宿陰陽五行人民品物並受生成
天地萬化自非三元所育九氣所導莫能生
也三氣爲萬物之根故三合成德天地之極
也人之受生於胞胎之中三元育養九氣結
形故九月神布氣滿能聲聲尚神具九天稱○
○慶太一執符帝君品命主籙勒籍司命定筭
五帝監生聖母衛房天神地祇三界備守九
天司馬在庭東向讀九天生神寶章九過男
則萬神唱恭女則萬神唱奉男則司命敬諾
女則司命敬順於是而生九天司馬不下命
章萬神不唱恭諾終不生也夫人得還生於
人道濯形太陽驚天駭地貴亦難勝天真地
神三界齊臨亦不輕也當生之時亦不爲陋
也所以能愛其形保其神貴其氣固其根終
不死壞而得神仙骨肉同飛上登三清是與

三氣合德九氣齊并也但人得生而自不能
尊其氣貴其形寶其命愛其神自取死壞離
其本眞耳九天生神章乃三洞飛玄之氣三
合成音結成靈文混合百神隱韻內名生氣
結形自然之章天寶誦之以開天地之光靈
寶誦之以開九幽長夜之魂神寶誦之以制
萬靈太一誦之以具身神帝君誦之以結形
九天誦之以生人學士誦之以昇天鬼靈聞
之以昇遷凡夫聞之以長存幽魂聞之以開
度枯朽聞之以發煙嬰孩聞之以能言死骸○
○聞之以還人三寶神與萬品生根故非鬼神
所知凡夫所聞也夫學上道希慕神仙及得
尸解滅度轉輪終歸仙道形與神同不相遠
離俱入道眞而無此文則胞胎結滯死氣固
根眞景不守生氣無津九戶閉塞體不生神
徒受一形若寄氣而行學得此法可坐致自
然三寶尊重九天至眞秘之大有九重金格
紫陽玉臺自非天地一開其文不出元始禁
書非鬼神所聞竊之者風刀萬劫魂死無生
依科奉法形神同仙三元宮中宿有金名紫

字刻書來生應爲三清神仙之人當得此文
有其緣會當齋金寶奉師効心依科盟受閉
心奉行愼勿輕泄風刀考身修行之法千日
長齋不關人事諸塵漏盡夷心黙念清心執
戒入室東向叩齒九通調聲正氣誦詠寶章
誦之一過聲聞九天誦之二過天地設恭誦
之三過三界禮房誦之四過天王降仙誦之
五過五帝朝眞誦之六過魔王束身誦之七
過星宿倚闗誦之八過幽夜光明誦之九過
諸天下臨一切神靈莫不衛軒一過徹天胞
○原宣通二過響地胎結解根三過神魄魂門○
鍊仙四過天王降仙魄戶開闗五過五帝朝
眞藏府清涼六過魔王伏諾胃營生津七過
星宿朗明孔竅開聡八過幽夜顯光三部八
景整具形神九過諸天下臨三關五藏六府
九宮金樓玉室十二重門紫戶玉閣三萬六
千關節根原本始一時生神九徧爲一過一
過周竟三界舉名五帝友別稱爲眞人十過
通氣制御萬靈魔王保舉列上諸天百過通
神坐致自然太一度符元君受生千過通靈

坐在立亡仙童玉女役使東西萬過道備馳
騁龍駕白日登晨
元始天尊時靜處閑居偃息雲宮黄房之内
七寶幃中恬夷養素空碧鍊眞耽咀洞惠俯
研生神理微太混嘯朗九天是時飛天大聖
無極神王王輔上宰四協侍晨清齋建節侍
在側焉憑瓊顔而妙感仰靈眸而開衿竊神
章而踊躍聳天音而蒙生啟乘機而悟會冒
靈盼而披心於是飛天大聖無極神王前進
作禮稽首而言上白天尊賤臣幸會得仰侍
○靈軒不以短狭叨濯冥津重悟凝玄位登神
王總御生死領括天仙貫監七覺遠覽遐方
雍觀上宰對司侍晨方當乘機應會履九太
陽洞理陰符撫掌兆民大運將期數終甲申
洪流蕩穢凶災彌天三官鼓筆料別種人考
筭功過善惡當分自赤明以來至上皇元年
依元陽玉匱受度者應二十四萬人開皇以
後數至甲申諸天選叙仙曹空廢官僚不充
遊散職司皆應選人依元陽玉曆當於三代
更料有心積善建功爲三界所舉五帝所保

名在上天者取十萬人以充其任又當别舉
一十二萬人以充儲官如此之例或以宿名
玄圖或骨像合仙或以滅度因緣轉輪或以
篤好三寶善功徹天或供養師寶爲三官所
稱或修齋奉戒功德積感或施散財寶建立
道堂或救䘏窮乏載度天人或爲三師建功
充足天官有名考筭簿錄三官相應皆逆注
種名上下有别毫分無遺又九幽之府被東
華青宫九龍符命使披九幽玉匱男女死魂
宿名有善功德備足應受開度者取三十二
萬人以充甲申歷除之後開大有之民當此
之時生死交會善惡分判得過者身爲樂哉
然三官相切文墨紛紜龍門受會帝母皆仙
萬聖顒駕晝夜無閑功過平等使生死無偏
此之昏闇亦臣之憂矣大期既切觸事闇昏
恒恐一旦受罹公門伏聞天尊造大慈之化
垂憐蒼生開九天之奥以濟兆民明科有禁
衆非賤臣所可參関然大數有期甲申垂終
運度促急大法宜行使有心者得於考筭之
中開於法音開示於視聽勸化於未悟者也

緣故上陳懼觸天顔願見哀愍賜所未聞於
是天尊撫机高尤凝神遐想仰誦洞章嘯詠
琳琅良久忽然歎曰上範虚漠理微大幽道
邃重玄氣冠神霄至極難言妙亦難超子既
司帝位受任神王飛天翼於瓊闕四宰輔於
明輪退盼極覽領綜無窮雍和萬化撫牧蒼
生今大運啓期三五告辰百六應機陽九激
揚洪泉鼓波萬災屬天四宫選舉以充種民
三代昏亂善惡宜分子當勞心兆庶疲於三
官興廢之際事須開能令以相委其勉之焉
寶書妙重九天靈音施於上聖非鬼神所聞
明真有格四萬劫一行令冒禁相付子祕之
矣慎勿輕傳登命九天司馬侍仙玉郎開紫
陽玉笈雲錦之囊出九天生神玉章四輔别
位五老監眞太一命辰玉帝唱盟一依俯仰
明眞具典南向長跪以付飛天無極神王法
事既畢諸天復位天尊重告飛天神王此九
天之章乃三洞飛玄之氣三會成音結成眞
文混合百神隱韻内名故太一試觀攝生十
方領會洞虚啓誓丹青自無億劫因緣宿名

帝圖不得參見得眄篇目九祖同仙當抹撵
其人應為仙者七百年中清齋千日齎金繒
誓心依盟以傳慎之則享祚濫之則禍臻享
祚則福延九祖德重山海招禍則考流億劫
痛於毒湯風刀相刑可不慎之焉

鬱單無量天生神章第一

帝真胞命元元一黃演之氣
混合空洞氣飛爽浮幽冢延康無期劫盼盼
離本條苦魂沉九夜秉晨希陽翹大有通玄
戶鬱單降晨霄黃雲凝靈府陰陽氣象交胞
○元結長命懸根應化消桃康合精延二帝秀
玉飄灌溉胞命門精練神不凋九天命靈章
生神神自超元君過死路司馬誦洞謠一唱
萬真和九徧諸天朝稽首恭劫年慶此榮舊

上上禪善無量壽天生神章第二

帝真胎命元洞冥紫戶之氣
無量結紫戶氣尊天中王開度飛玄爽凝化
輪空洞故根離昔愛緣本恩舊宗幽夜淪遐
劫對盡大運通帝真始明精號曰字元陽嬰
兒史伯華結胎守黃房斬根斷死戶炁順養
嬰童禪善導靈氣玄甯飛天芳華景秀玉質
精練自成容務玄育尚生羅列備明堂太虛
感靈會命我生神章一唱動九玄二誦天地
通混合自相和九徧成人功大聖慶元吉散
華禮太空諸天並歡悅一切稽首恭

梵監須延天生神章第三

帝真魂命元長靈明仙之氣
須延總三雲玄元始氣分落落大範布華京
翠玉尊明梵飛玄景開度長夜魂遊爽赴期
○歸氣氣反故根太帝號陽堂字曰八靈君九○
關迴祿道胎氣生上元陵梵度命籍太一輔
精延泥丸數帝席三部八景分魂生攝遊氣
九轉自成仙琅琅九天音玉章生萬神三遍
列正位氣恭八辰門玄關過死戶靈鎮津液
源應會感靈數明道潛迴輪度此嬰兒姓稽
首讚洞文

寂然兜術天生神章第四

帝真魄命元陽尸冥演由之氣
寂然無色宗兜術扰大羅靈化四景分萬條

琴朱霞遊魄不顧反一逝洞群魔神公攝遊
氣飄飄練素華榮秀椿劫期來運應靈圓空
洞生神章瓊音逸九霞一唱萬真會蕭爽合
成家九轉景靈備鬱鬱羅玉葩究衔開大有
一慶享祚多上聖迴帝駕舉兒歆以歌不勝
良晨會一切稽首和

波羅尼蜜不驕樂天生神章第五

帝真藏府命元五仙中靈之氣
巍巍五帝駕飄飄玄上門遊步黃華野迴靈
騫樂端採集飛空景舊奏多不存太微迴黃○
○旗無英命靈幡攝召長夜府開度受生魂公
子輔黃寧總錄具形神玉章洞幽靈五轉天
地分氣錄元藏府紫戶自生仙數周眾真會
啓陽應感繁玉女灌五香聖母慶萬年三界
並歡樂稽首禮天尊

洞元化應聲天生神章第六

帝真靈府命元高真沖融之氣
應聲無色界霄映冠十方迴化輪無影冥期
趣道場靈駕不待轡朗然生神章空洞踪無
崖玄爽赤為疆練胎反本初長乘飛玄梁斷
富貴天真散恩候履常斬伐胞樹滯心遊超
上京願會既玄玄悟我理兼忘界福九天端
交禮地辰良混化歸元一高結元始玉稽首
億靈運長謝萬塵張

靈化梵輔天生神章第七

帝真元府命元高仙洞笈之氣
玄會統無崖混氣歸梵輔務猷運靈化潛推
無寒暑乘數構真條振袂拂輕羽瓊房有妙
韻況登高神所圓輪無停映真仙森列序上
○上霄衢邀洞元深萬巨秀葉翳翠霞停陰清
冷諸遨旋怡五神繁想嘯明侶五難緣理去○
沖心自怡處爽魂隨本根疊疊空中處七誦
重關開鎔滯非神武運通由中發高唱稽首
舉

高虛清明天生神章第八

帝真華府命元真靈化凝之氣
清明重霄上合期慶雲際玉章散沖心孤景
要靈會煥落景霞布神矜靡不邁玉條流逸
響從容虛妙話靈音摽空洞九玄離幽齋感
爽無疑滯去留如解帶明識生神章高遊無

絲敗玄景曜雲衢跡超神方外應感無方圓聊以運四大研心稽首誦衆聖共稱快

無想無結無愛天生神章第九

帝真神府命元自然玄照之氣

無結固無情玄玄虛中澄輪化無方序數來亦叵乘誰云無色平我我多丘陵冥心縱一往高期清神微良遇非年歲劫數安可稱浮吳緣故條及胎自有恒靈感洞太虛飛步霄上氷津超鼓萬流潛凝真神登無愛因無憂高觀稽首昇

太極真人頌二首

大道雖無心可以有情求佇駕空洞中迴眄鬱滄流淨明三界外蕭蕭玉京遊自無玄挺運誰能悟冥陬落落天漢澄俯仰即虛柔七玄散幽夜反胎順沉浮冥期苟潛凝陽九無虞憂親此去來會時復爲淪留外身而身存真仙會良儔

學登玄中趣湛湛清漠波代謝若旋環椿木不改柯靜心念至真隨運順離羅感應理常通神適遠自徂淡遊初無際繁想洞九霞飛根散玄業理及非有它常能誦玉章玄音徹霄霞甲申洪災至控翮王母家永享無終紀豈知年劫多

雲笈七籤卷之十六

三洞經教部

經

太上老君内觀經

老君曰天地構精陰陽布化萬物以生承其宿業分靈道一父母和合人受其生始一月爲胞精血凝也二月爲胎形兆胚也三月陽神爲三魂動以生也四月陰靈爲七魄靜鎮形也五月五行分藏以安神也六月六律定○腑用滋靈也七月七精開竅通光明也八月○入景神具降眞靈也九月宫室羅布以定精也十月氣足萬象成也元和哺食時不停也太一帝君在頭曰泥丸君總衆神也照生識神人之魂也司命處心納心源也無英居左制三魂也白元居右拘七魄也桃孩住臍保精根也照諸百節生百神也所以周身神不空也元氣入鼻灌泥丸也所以神明形固安也運動住止關其心也所以謂生有由然也子内觀之歷歷分也心者禁也一身之主禁

制形神使不邪也心則神也變化不測無定形也所以五藏藏五神也魂在肝魄在肺精在腎志在脾神在心所以字殊隨處名也心者火也南方太陽之精主火上爲熒惑下應心也色赤三葉如蓮花神明依泊從所名也其神也非靑非白非赤非黄非大非小非短非長非曲非直非柔非剛非厚非薄非圓非方變化莫測混合陰陽大包天地細入毫芒制之則正放之則狂清淨則生濁躁則亡明照八表暗迷一方但能虚寂生道自常永保○

○無爲其身則昌也以無形莫之能名禍福吉凶悉由之矣所以聖人立君臣明賞罰置官僚制法度正以教人人之難伏惟在於心心若清淨則萬禍不生所以流浪生死沈淪惡道皆由心也妄想憎愛取捨去來染著聚結漸自纏繞轉轉繫縛不能解脱便至滅亡猶如牛馬引重趨泥轉增陷沒不能自出遂至於死人亦如之始生之時神源清淨湛然無雜既受納有形形染六情眼則貪色耳則滯聲口則耽味鼻則受馨意懷健羨身欲輕肥

從此流浪莫能自悟聖人慈念設法教化使
内觀己身澄其心也
老君曰諦觀此身從虚無中來因緣運會積
精聚氣乘業降神和合受生法天象地含陰
吐陽分錯五行以應四時眼爲日月髮爲星
辰眉爲華蓋頭爲崐崘布列宫闕安置精神
萬物之中人稱最靈性命合道當保愛之内
觀其身誰尊之焉而不自貴妄染諸塵不静
臭穢濁亂形神孰觀物我何疎何親守道全
生爲善保眞世愚役役徒自苦辛。
。老君曰從道受生謂之命自一稟形謂之性
所以任物謂之心心有所憶謂之意意之所
出謂之志事無不知謂之智智周萬物謂之
慧動以營身謂之魂静以鎮形謂之魄流行
骨肉謂之血保神養氣謂之精氣清而駛謂
之榮氣濁而遲謂之衛總括百骸謂之身衆
象備見謂之形塊然有閡謂之質狀貌可則
謂之體大小有分謂之軀衆思不得謂之神
莫然應化謂之靈氣來入身謂之生神去於
身謂之死所以通生謂之道道者有而無形

無而有情變化不測通神群生在人之身則
爲神明所謂心也所以教人修道則修心也
教人修心則修道也道不可見因生以明之
生不可常用道以守之若生亡則道廢道廢
則生亡生道合一則長生不死羽化神仙人
不能保者以其不内觀於心故也内觀不遺
生道常存
老君曰人所以流浪惡道沉淪滓穢緣六情
起妄而生六識六識分別繫縛憎愛去來取
捨染著煩惱與道長隔所以内觀六識因起
。六識從何而起從心識起心從我起我從欲。
起妄想顛倒而生有識亦曰自然又名無爲
本來虚淨元無有識有識分別起諸邪見邪
見既興盡是煩惱展轉纏縛流浪生死永失
於道
老君曰道無生死而形有生死所以言生死
者屬形不屬道也形所以生者由得其道也
形所以死者由失其道也人能存生守道則
長存不亡也
老君曰人常能清淨其心則道自來居道自

來居則神明存身神明存身則生不亡也人常欲生而不能虛心人常惡死而不能保神亦猶欲貴而不肯用道欲富而不肯求寶欲疾而足不行欲肥而食不飽也

老君曰道以心得心以道明心明則道降道降則心通神明之在身猶火之在巵明從火起火自炷存炷因油潤油藉巵停四者若廢明何生焉亦如明緣神照神託心存心由形有形以道全一物不足明何依焉所以謂之神明者眼見耳聞意知身覺分別物理微細悉知由神以明故曰神明也

老君曰所以言虛心也遣其實也無心者除其有也定心者令不動也正心者使不邪也清心者使不濁也淨心者使不穢也此皆已有令使除也心直者不反覆也心平者無高低也心明者不暗昧也心通者不質礙也此皆本自然也粗言數者餘可思也

老君曰知道易信道難信道易行道難行道易得道難得道易守道難守道不失身常存也

老君曰道也者不可以言傳口受而得之常虛心靜神道自來也愚者不知乃勞其形苦其心役其志躁其神而道愈遠而神愈悲背道求道怨道不慈

老君曰道貴長存保神固根精氣不散淳白不分形神合道飛昇崑崙先天以生後天長存出入無間不由其門吹陰煦陽制魄拘魂億歲眷屬千載子孫黃塵四起騎牛眞人金堂玉室送故迎新

老君曰內觀之道靜神定心亂想不起邪妄不侵周身及物閉目思尋表裏虛寂神道微深外觀萬境內察一心了然明靜靜亂俱息念念相係深根寧極湛然常住窈冥難測憂患永消是非莫識

老君曰吾非聖人學而得之故我求道無不受持千經萬術惟在心志也

洞玄靈寶定觀經

靈者神也在天曰靈寶者珍也在地曰寶天有靈化神用不測則廣覆無邊地有衆寶濟養群品則厚載萬物言此經如天如

地能覆能載有靈有實功德無窮證得此心故名靈寶定者心定也如地不動觀者慧觀也如天常照定體無念慧照無邊定慧等修故名定觀

天尊告左玄真人曰

左者定也玄者深妙也真者純也一而無雜人者通理達性之人也曰者語辭也

夫欲修道先能捨事

進趣之心名為修道一切無染名為捨事

○外事都絕無與忤心

六塵為外事須遠離也六塵者色聲香味觸法更不染著名為都絕境不來忤心即無惱心不起涂境則無煩心境兩忘即無煩惱故名無與忤心 ○

然後安坐

攝澄煩惱名之為安本心不起名之為坐

內觀心起若覺一念起須除滅務令安靜

慧心內照名曰內觀徧念未除名為心起前念忽起後覺則隨起心既滅覺照亦忘故稱除滅了心不起名之為安覺性不動名之為靜故稱安靜

其次雖非的有貪著浮遊亂想亦盡滅除

衆心不起妄念悉忘亂想不生何有貪著故曰滅除

晝夜勤行須臾不替

晝之言淨夜之言垢垢淨兩忘無有間替故名不替

唯滅動心不滅照心

妄想分別名曰動心覺照祛之故名為滅慧照常明無有間故名不滅照心 ○

○但凝空心不凝住心

不起一切心名空心一切無著名之不凝住心

不依一法而心常住

若取一法即名著相心不取法名為不依照而常寂故為常住

然則凡心躁競其次初學息心甚難或息不得蹔停還失

言習性煩惱難可滅除定力未成蹔停還失也

去留交戰百體流行
心起緣境境來牽心心境相染故名交戰
妄念不息百非自生名曰百體流行
久久精思方乃調熟勿以難收不得退廢千
生之業
定心不起則與真常一念不收千生退廢
少得淨已則於行立坐卧之時
初得清淨正慧未生故云少得淨已四威
儀之時也
○涉事之處諠鬧之所皆作意安
見一切諸相爲涉之處起一切諸心名爲
諠鬧之所也息亂歸寂名爲作意恬淡得
所名之爲安也
○有事無事常若無心處靜處諠其志惟一
有無雙遣寂用俱忘萬法不二名之惟一
若束心太急又則成病氣發狂顛是其候也
偏心執靜名曰束心心外見相名爲顛也
心若不動又須放任寬急得所自恒調適
從定發慧名爲放任定慧齊融名曰得所
定多即惡慧多即狂定慧等用名曰調適

制而不著放而不動處喧無惡涉事無惱者
此是眞定
寂而常照照而常寂空而常用用而常空
得本元寂故爲真定
不以涉事無惱故求多事不以處諠無惡強
來就諠
習性塵勞常須制御不可縱逸
以無事爲眞宅有事爲應跡
見本性空寂故爲真宅慧用無邊故爲應
跡
○若水鏡之爲鑒則隨物而現形
本心清淨猶如水鏡照用無礙萬物俱現
名爲現形
○善巧方便唯能入定
諸法性空寂無所起故爲入定
慧發遲速則不由人勿令定中急急求慧急
則傷性傷則無慧
急求知見真定乃亡貪著諸相故云無慧
若定不求慧而慧自生此名眞慧
心體寂靜妙用無窮故名眞慧

慧而不用實智者愚

了無分别名之不用韜光晦跡故曰若愚

益資定慧雙美無極

寂照齊融故云雙美無極

若定中念想多感衆邪妖精百魅隨心應見

爲心取相諸相應生一切邪魔競來撓亂

所見天尊諸仙真人是其祥也

此爲諸相不可取著

唯令定心之上豁然無覆定心之下曠然無基

前念不生故云無覆後念不起故曰無基

舊業日銷新業不造

宿習盡名曰舊業日銷更不起心故名新業不造

無所罣礙迥脫塵籠

一切無染故名無所罣礙解脫無繫故云迥脫塵籠

行而久之自然得道

智照不滅名曰行而久之契理合真故云得道

夫得道之人凡有七候一者心得定易覺諸塵漏

心得清淨塵念盡知故曰覺諸塵漏

二者宿疾普銷身心輕爽

真氣胎息故疾盡瘳體道合真身輕不老

三者填補夭損還年復命

骨髓堅滿故填補夭損駐顏不易名爲還年復命也

四者延數萬歲名曰仙人

長生不死延數萬歲名編仙籙故曰仙人

五者鍊形爲氣名曰真人

得本元氣故曰鍊形爲氣正性無僞故曰真人

六者鍊氣成神名曰神人

真氣通神陰陽不測故曰神人

七者鍊神合道名曰至人

真神契道故曰至人

其於鑒力隨候益明

鑒力者常照不息也益明者明明不絕也

得至道成慧乃圓備

若了本性得道成眞智慧圓明萬法俱備若乃又學定心身無一候促齡織質色謝方空自云慧覺又稱成道者求道之理實所未然

　道神合道即身得道眞心證身亡不離生死西昇經云是故失生本焉能知道源

而說頌曰

智起生於境　火發生於緣　各是眞動性
承流失道源　起心欲息知　心起知更煩
了知性本空　知則衆妙門○

○老君清淨心經

老君曰夫道一清一濁一靜一動清靜爲本濁動爲末故陽清陰濁陽動陰靜男清女濁男動女靜降本流末而生萬物清者濁之源靜者動之基人能清靜天下貴之人神好清而心擾之人心好靜而欲牽之常能遣其欲而心自靜澄其心而神自清自然六欲不生三毒消滅而不能者心未澄欲未遣故也能遣之者內觀於心心無其心外觀於形形無其形遠觀於物物無其物三者莫得唯見於空觀空亦空空無所空既無其無無無亦無湛然常寂寂無其寂無寂寂無俱了無矣欲安能生欲既不生心自靜矣心既自靜神即無擾神既無擾常清靜矣既常清靜及會其道與眞道會名爲得道雖名得道實無所得既無所得強名爲得爲化衆生開方便道

老君曰道所以能得者其在自心自心得道道不使得得是自得之道不名爲得故言實無所得

○老君曰道不能得者爲見有心既見有心則見有身既見其身則見萬物既見萬物則生貪著既生貪著則生煩惱既生煩惱則生妄想妄想既生觸情迷惑便歸濁海流浪生死受地獄苦永與道隔人常清靜則自得道矣○是而說偈曰

天尊妙用常眼前　舉體動心皆自然
息箇動心看動處　動處分明無際邊
邊際由來本性空　非觀心照得虛空
自悟因緣無自性　倏然直入紫微宮
宮中宮外光且明　萬法圓中一道平

清心清鏡皎無礙　無礙無心心自在
平等道平無有異　天堂地獄誰安置
神既內寂不虧盈　善惡若空何處生
只為凡夫生異見　強於地上起縱橫
縱橫遞莫千般苦　一一諦觀無宰主
諦觀無主本無宗 陽七　只箇因緣即會中 十二
中間雖會常無會　於會無為任物通
若時有人知是經意行住坐卧若能忘心念
誦深心受持則能滅除無量一切宿障諸惡
冤家皆得和合無受苦報邪魔外道道能降
伏告諸衆生欲度厄難各已清淨信受奉行

雲笈七籤卷之十七

雲笈七籤卷之十八　優人

朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房集進

三洞經教部

經

老子中經上 一名珠宮玉曆

第一神仙

經曰上上太一者道之父也天地之先也乃在九天之上太清之中八冥之外細微之內吾不知其名也元氣是耳其神人頭鳥身狀如雄雞鳳凰五色珠衣玄黃正在兆頭上去兆身九尺常在紫雲之中華蓋之下住兆見之言曰上上太一道君曾孫小兆王甲潔志好道願得長生

第二神仙

經曰無極太上元君者道君也一身九頭或化為九人皆衣五色珠衣冠九德之冠上上太一之子也非其子也元氣自然耳正在兆頭上紫雲之中華蓋之下住兆見之言曰皇天上帝太上道君曾孫小兆王甲好道願得長生養我育我保我護我毒蟲猛獸見我皆

蟄伏令其所為之成所求之得太清鄉虛無里姓朱愚名光字帝鄉乃在太微勾陳之內一星是也號曰天皇太帝耀魄寶光常念之勿忘也人亦有之常存之眉間通於泥丸氣上與天連

第三神仙

經曰東王父者青陽之元氣也萬神之先也衣五色珠衣冠三縫一云三鋒之冠上有太清雲曜五色治於東方下在蓬萊山姓無為字君解一云君解人亦有之在頭上頂巔左有王子喬右有赤松子治在左目中戲在頭上其精氣上為日名曰伏羲太清鄉東明里西王母字偃昌在目為日月在目為日右目為月目中童子字英明王父在左目王母在右目童子在中央兩目等也兆欲修真常念東王父西王母正在頭上有三人並立乃合日月精光下念紫房太一絳宮黃庭太淵丹田行其真氣五周施于腹中復行氣十二周施于一身中道畢即止朱雀闕門關門兩乳是也左乳曰君阿右乳曰翁仲當兩乳下有玉闕天狗天鷄在其上主晨夜鳴吠

第四神仙

經曰西王母者太陰之元氣也姓自然字君思下治崐崘之山金城九重雲氣五色萬丈之巔上治北斗華蓋紫房北辰之下人亦有之在人右目之中姓太陰名玄光字偃玉人須得王父王母護之兩目乃能行步聽視聰明別知好醜下流諸神如母念子子亦念母也精氣相得萬世長存夫人兩乳者萬神之精氣陰陽之津汋也左乳下有日右乳下有月王父王母之宅也上治目中戲於頭上止於乳下宿於絳宮紫房此陰陽之氣也

第五神仙

經曰道君者一也皇天上帝中極北辰中央星是也乃在九天之上萬丈之巔太淵紫房宮中衣五色之衣冠九德之冠上有太清元氣雲曜五色華蓋九重之下老子太和侍之左右姓制皇氏名上皇德字㜪昌人亦有之在紫房宮中華蓋之下元貴鄉平樂里姓陵陽字子明身黃色長九分衣五色珠衣冠九

德之冠思之長三寸正在紫房宮中華蓋之下其妻太陰玄光玉女衣玄黃五色珠衣長九分思之亦長三寸在太素宮中養真人子丹稍稍成大自與已身等也子能存之與之語言即呼子上謁道君道君者一也乘雲氣珠玉之車驂駕九極之馬時乘六龍以御天下子常思之以八節之日及晦朔日日暮夜半時祝曰

○天靈節榮真人王甲願得長生太玄之一守某甲身形五藏君侯願長安寧○

第六神仙

經曰老君者天之魂也自然之君也常侍道君在左方故吾等九人九頭君也吾為上首作王父餘人無所作也人亦有之金樓鄉小廬里姓皮名子明字蓋藍衣青衣長九分把芝草持青幡侍道君在左方從仙人仲成子思之長三寸常在已左方正與已身等也其妻素女衣黃衣長九分思之亦長三寸

第七神仙

經曰太和者天之魄也自然之君也常侍道君在右方人亦有之烏𡏖鄉姓角里先生字澍澍衣白衣長九分持金劒棒白楯侍道君在右方從仙人曲文子思之亦長三寸起坐行止常在已右其妻青腰玉女衣青衣長九分思之亦長三寸

第八神仙 脩八

經曰泥丸君者腦神也乃生於腦腎根心精之元也華蓋鄉蓬萊里南極老人泥丸君也字元先衣五色珠衣長九分正在兆頭上腦中出見於腦戶目前思之長九分亦長三寸

○兆見之言曰南極老人使某甲長生東西南北入地上天終不死壞遂惑上某甲生籍侍於道君與天地無極○

第九神仙

經曰南極者一也仙人之首出也上上太一也天之侯王太尉公也主諸災變國祚吉凶之期上為熒惑星下治霍山人亦有之在長吳鄉絳宮中元里姓李名尚一名字曾子衣絳衣長九分思之亦長三寸在心中其妻王女也衣白衣長九分思之亦長三寸常思心

中有華蓋下有人赤幘大冠絳章單衣名曰天侯玉帶紫綬金印玄黃子能見之徹視八方千日登仙時候視腦中小童子見之是也

第十神仙

經曰日月者天之司徒司空公也主司天子人君之罪過使太白辰星下治華陰恒山人亦有之兩腎是也左腎男衣皂衣右腎女衣白衣長九分思之亦長三寸爲日月之精虛無之氣人之根也在目中故人之目左爲司徒公右爲司空公兩腎各有三人凡有六人左爲司命右爲司録左爲司隸校尉右爲延尉卿主記人罪過上奏皇天上帝太上道君兆常存之令削去死籍著其長生屬太初鄉玄冥里司録六丁玉女字道明皆在神龜上乘紫雲氣之車驂駕僕鯉魚字太成子玄母道母也在中央身之師也主生養身中諸神在五色雲氣華蓋之下坐戴太白明星明月之珠光曜照一身中常存以八節之夜卧祝曰司命司録六丁玉女削去某甲死籍更著某甲長生玉曆

第十一神仙

經曰中極黃老者眞人之府中斗君也天之侯王主皇后素女宮也人亦有之黃庭眞人道之父母也赤子之所生也巳吾身也皇后者太陰玄光玉女道之母也正在脾上中斗中也衣五色珠衣黃雲氣華蓋之下坐主哺養赤子常思兩乳下有日日月月中有黃精赤氣來入絳宮復來入黃庭紫房中黃精赤氣塡滿太倉中赤子當胃管中正南面坐飲食黃精赤氣即飽矣百病除去萬災不干光常思存之上爲眞人故曰同出而異名也有注云日月同出異名太素鄉中元里中黃眞人字黃裳子主辟穀令人神明乍小乍大常以鷄鳴食時祝曰

黃裳子黃裳子黃庭眞人在于已爲我致樂酒松脯粳粮黍臛諸可食飲者令立至祝訖瞑目有頃閉口咽之二七過即飽矣

第十二神仙

經曰吾者道子之也人亦有之非獨吾也正在太倉胃管中正南面坐珠玉床上黃雲華

蓋霞之衣五綵珠衣母在其右上抱而養之
父在其左上教而護之故父曰陵陽字子明
母曰太陰字玄光玉女已身爲元陽字子丹
眞人字仲黄眞吾之師也常教吾神仙長生
之道常侍吾左右休舍太倉在脾中與黄裳
子共宿衛吾給事神所當得主致行厨故常
思眞人子丹正在太倉胃管中正南面坐食
黄精赤氣飲服醴泉元陽子丹長九分思之
令與已身等也父母養之乃得神仙常自念
已身在胃管中童子服五色綵衣坐珠玉之
○牀黄雲赤氣爲帳食黄金玉餌服神丹芝草○
飲醴泉乘黄雲氣五色珠玉之車駕十二飛
龍二十四白虎三十六朱鳥思之九年乘雲
去世上爲道君吾之從官凡三萬六千神舉
吾宗族皆得仙道白日昇天常以四時祠吾
祖先正月亥日鷄鳴時祠郊廟二月亥日祠
社稷風伯雨師四月五月申卯日七月八月
巳午日十月十一月卯戌日四季月不祠但
解洿土公逐去伏尸耳郊在頭上腦戶中廟
在項後骨之上社在脾左端稷在大腸窮風
伯在八門八門者在臍旁五城十二樓也雨
師在小腸窮四瀆雲氣出崑崙弱水在胞中
諸神食厨在於太倉中以夫呼神名召之勿
忘也

第十三神仙

經曰璇璣者北斗君也天之侯王也主制萬
二千神持人命籍人亦有之在臍中太一君
人之侯王也柱天大將軍特進侯也主身中
萬二千神中極野璇璣里姓王名陽字靈子
冠三縷之冠衣絳章單衣長九分思之赤長
三○寸其大與自身等也太一君有八使者八○
卦神也太一在中央主總閱諸神案比定錄
不得逋亡八使者以八節之日上對太一故
臍中名爲太淵都鄉之府也常以秋分之日
案比算之齋戒沐浴靜卧三日勿出日三呼
之三日九呼之常如此諸神不得逋亡名上
仙籙定爲眞人故太一不得妄上白事不吉
則凶但八使者耳故以八節日晦朔弦望日
右手拊臍二七左手拊心三七祝曰
天靈節榮眞人某甲願得長生太玄眞一守

某甲身形五藏諸君侯願且安寧公兆七遍
麻兆二七明日平旦復祝曰
太一北極君敬守告諸神常念魂魄安寧無
離某甲身形此所謂拘魂制魄者也常以十
二月晦日人定時向月建太一於空室中再
拜正坐瞑目祝曰
五藏之君魂魄諸神某乞長生無得離身常
與形合同成爲一身男女各三通常以八節
日於室中向其王地再拜瞑目祝曰
○大道鴻濛鴻濛天節之日萬兆魂魄皆上諸
天眞人身與神合某甲欲得長生獨在空室○
之中不豫死籍數男女各三遍常以十二月
晦日宿夜晝朝至平旦於室中向寅地再拜
祝曰
鴻濛鴻濛某受大道之恩太清玄真願還某
甲去歲之年魂魄保身男女各三通

第十四神仙

經曰臍者人之命也一名中極一名太淵一
名崑崙一名特樞一名五城五城中有五眞
人五城者五帝也五城之外有八吏者八卦
神也并太一爲九卿八卦之外有十二樓者
十二太子十二大夫也并三焦神合爲二十
七大夫四支神爲八十一元士故五城眞人
主四時上計八神主八節日上計十二大夫
主十二月以晦日上計月月不得懈怠即免
計上事常當存念留之即長生矣故太一常
以晦朔八節日夜半時五城擊鼓集召諸神
校定功德謀議善惡有錄者延命衆神共舉
無錄者終亡司命絶去生籍故常以晦朔八
節之日夜欲卧時念上太一中太一下太一○
○五城十二樓眞人祝曰
天帝太一君天帝太一君敬存諸神與之相
親司錄司命六丁玉女削去某死籍著某生
文皆當言長生

第十五神仙

經曰五城眞人者五方五帝之神名也東方
之神名曰句芒子號曰文始洪崖先生東方
蒼帝東海君也南方之神名曰祝融子號曰
赤精成子南方赤帝南海君也西方之神名
曰蓐收子號曰夏里黃公西方白帝西海君

也北方之神名曰禺強子號曰玄冥子禺北方黑帝北海君也此皆后神也天地人神等耳風伯神名吒君號曰長育雨師神名馮脩號曰樹德諸神常當存念之令與司命君司錄君共削去某死籍即為真人長生矣不與相知存念之即為疾風暴雨雷電霹靂擒子遠去殺子之身捉子深山投子深淵或為毒氣所中衆鬼害人子欲為道宜致敬之此神能害人王者之治不可不知也中央之神名曰黃裳子號曰黃神彭祖中央黃帝君也與○

○中太一并治度人命愛養萬人成就人常侍黃天真人人亦有之常侍真人名曰子丹給神所得兆欲志道常思念之即不飢渴長生久視上為真人能致行厨役使鬼神社稷河伯之神名曰馮夷號曰元梁使者

第十六神仙

經曰八卦天神下遊於人間宿衛太一為八方使者主八節日上計校定吉凶乾神字仲尼號曰伏羲坎神字大曾子艮神字照光玉震神字小曾子巽神字大夏候离神字文昌坤神字揚翟王號曰女媧炙神字一世（注云字一八世）常以八節之日存念之其神皆在臍中令人延年

第十七神仙

經曰丹田者人之根也精神之所藏也五氣之元也赤子之府男子以藏精女子以藏月水主生子合和陰陽之門戶也在臍下三寸附著脊骨兩腎根也丹田之中中赤左青右黃上白下黑方圓四寸之中所以在臍下三寸者言法天地人天一地二人三時四故曰○

○四寸法五行故有五色清水鄉敖丘里丹田名藏精宮神姓孔名丘字仲尼傳之為師也兆常以夜半存心之赤氣上行至絳宮華蓋各右繞之太一入黃庭滿太倉養赤子復入太淵忽忽不知所在復念太一氣還入丹田中止常念太一玄光道毋養真人子丹正吾身也自兆名也勿忘之

第十八神仙

經曰大腸小腸為元梁使者主逐捕邪氣三焦關元為左社右稷主捕奸賊上焦元氣上

入頭中為宗廟兆身與天地等也天地萬物不可犯觸也天地之神則知之矣而人身體四支亦不可傷也有痛癢者神亦知之由是言之昭然明矣天不可欺地不可負修身慎行勿令懈怠也兆欲除邪氣諸百病啄齒二七過祝曰

左社右稷元梁使者逐捕災殃急急如律令

五咽一呪三十咽止一日一夜三百六十咽三十日邪氣去六十日小病愈百日大病愈三蟲皆死三尸走出面目生光與神為友六。祝。一止十二為之一周

第十九神仙

經曰兩臂間名曰大海一名弱水中有神龜呼吸元氣流行作為風雨通氣四支無不至者上有九人三三為位左有韓衆右有范蠡中有太城子左為司徒公右為司空公中有太一君左有青腰玉女右有白水素女中有玄光玉女玄光玉女者道元氣之母也左有司錄右有司命風伯雨師雷電迎送仙人玉女宿衛門戶故名曰太淵之宮先正紫房宮太一玄女赤子故玄女常戴太白明星耳著太明之珠光照一身中即延年而不死也

第二十神仙

經曰胃為太倉三皇五帝之廚府也房心為天子之宮諸神皆就太倉中飲食故胃為太倉日月三道之所行也又為大海中有神龜神龜上有七星北斗正在中央其龜黄色狀如黄金盤左右日月照之故臍下為地中中有五岳四瀆水泉交通寬淼弱水洸洸滉滉玄冥之淵也日月之行故天晝日照於地下萬神皆得其明人亦法之晝日下在臍中照。於丹田臍中萬神皆得其明也夜日在胃中上照於胃中萬神行遊嬉戲相與言語故令人有夢也天不掩人不備故召其神問善惡吉凶之事令賢者自慎也夜月在臍中下照於萬神晝月在胃中上照胃中萬神更相上下無有休息故胃中神十二人諫議大夫名曰黄裳子黄騰子中黄子主傅相太子玄光玉女主取金液神丹芝草玉液松脯諸可飲食者立至矣

第二十一神仙

經曰兆審欲得神仙當知天地父母赤子處兆汝爲道不可不知此五神名也當自苦耳知之行之堅守之常念之即神仙矣經中俱有但當心解耳既知其神當須得太一神丹金液乃得神仙耳諸神元氣虛無無爲自然爲聖人耳不爲俗人所施也兆不能服神丹金液勞精思念當自苦耳故謂兆汝晝日常念臍中有日赤黃精氣光明照于臍中胃中有月白光赤黃精氣塡滿胃中暮卧念日在○胃中赤黃精氣光明照於胃中月在臍中赤黃白光精氣照於臍中以此爲常萬世無止

第二十二神仙

經曰頭髮神七人七星精也神字祿之兩目神六人日月精也左目字英明右目字玄光頭上神三人東王父也腦戶中神三人泥丸君也眉間神三人南極老人元先天靈君也兩耳神四人陰陽之精也字嬌女鼻人中神一人名太一字通盧本天靈也口旁神二人廚宰守神也口中神一人太一君也字丹朱顧下神三人太陰神也頭外神二人玉女君也兩手中神二人太陽之精也字魂陰項中神二人字上間也肩背神二人少陰少陽之精也字女爵胃中神二人虎賁神也兩乳下日月也日月中有太神各一人王父母也兩腋下神二人魂魄兆神也小腹中神二人玉女也兩脛內神二人亦玉女也字陰隱兩脛神二人金木神也字隨孔子兩足神二人太陰之精也字柱天力士頭髮神字祿之兩耳神字嬌女兩目神字英明玄光鼻孔中神字○通盧口神字丹朱肩背神字朱雀一云字女○爵兩手神字魄陰上元神字咸成子中元神字中黃子下元神字明光子一云字命光陰神字窮英兩脛神字陰隱兩膝神字樞公兆欲卧瞑目從上次三呼之竟乃止其有病痛處即九呼其神令治之百病悉去即爲神仙矣

第二十三神仙

經曰肺神八人大和君也名曰玉眞宮尚書府也其從官三千六百人乘白雲氣之車驂

駕白虎或乘白龍心神九人太尉公也名曰絳宮太始南極老人元光也其從官三千六百人乘赤雲氣之車朱雀爲蓋丹蛇爲柄驂駕朱雀或乘赤龍肝神七人老子君也名曰明堂宮蘭臺府也其從官三千六百人乘青雲氣之車驂駕青龍或乘白鹿膽神五人太一道君也居紫房宮乘五彩玄黃紫蓋珠玉雲氣之車驂駕六飛龍從官三千六百人脾神五人玄光玉女子丹母也乘黃金珠玉雲氣之車驂駕鳳凰或乘黃龍從官三千六百○

○人眞人子丹在上卧胃管中黃雲氣爲帳珠玉爲牀食黃金玉餌飲醴泉玉液服太一神丹噉王李芝草存而養之九年成眞乘千乘萬騎上謁太上黃道君東謁王父西謁王母南謁老人元光之前眞人得道與天地合元陽子丹者吾也吾道成乃去白日昇天或乘黃金雲氣珠玉之車驂駕六飛龍皆無極之馬從官凡萬八千人天師大神使萬八千人來下着吾身合三萬六千人故能白日昇天也胃神十二人五元之氣諫議大夫也臍中神五人太一八人凡十三人合二十五人五行陰陽之神也神龜之上神三人玄女虛無道母也腎神六人司徒司空司命司錄司隸校尉廷尉卿也乘神龜之車駕六鯉魚一云白魚玄白雲氣之蓋丹田神三人人之根也三合成德以應道數也三焦神六人左社右稷風伯雨師雷電霹靂也大腸小腸神二人爲元梁使者虎賁神二人爲力士在朱雀闕門延年益壽爲餘下侍眞人屬鳳閣玄谷神五人大將軍司馬也陰神三人上將軍也苞○

○神之精也男子字窮英女子字丹城天之神○萬八千人人之神萬八千人都合三萬六千人共舉一身昇天即神仙矣

第二十四神仙

經曰東方之神女名曰青腰玉女南方之神女名曰赤圭玉女中央之神女名曰黃素玉女西方之神女名曰白素玉女北方之神女名曰玄光玉女左爲常陽右爲承翼此皆玉女之名也五行之道常以所勝好者爲妻假令今日甲乙木木勝土則甲以己爲妻故言

甲己乙庚丙辛丁壬戊癸此皆夫妻合會之日也言肝膽木也木帝以中宮戊己素女爲妻他皆放此此二神玉女之來敬而侍之愼無妻也妻之殺人終不得道也兆欲爲道愼勿婬婬即死矣此玉女可使取玉漿致行厨也

第二十五神仙

經曰太上神字元光太一君其欲得太一之神也非心神也乃天神南極老人元光也下在人心中常以平旦日中甲午日丙午日呼之曰南極老人元光太一君某甲欲願得太一神丹長生之道因瞑目念心中太一童子衣絳章單衣其色正赤黄如日九十息頓止心中神字光堅中太一中極君也在脾中主養兆身常以雞鳴食時日西黄昏時辰戌丑未日呼之曰中極光堅太一君某甲欲得眞人神仙黄庭之道因瞑目黙念黄氣滿太倉胃管中脾上有一黄人五十息頓止心下神字玄谷北極君也玄光道母也常以夜半時甲子丙子戊子庚子壬子日呼之曰北極君玄谷道母某甲願欲得金液醴泉可飲食者因瞑目念腎間有白氣中有神龍龜上有玄女玄女右有司命左有司録見之呼曰司命司録六丁玉女削去某甲死籍著玉曆生録皆當言長生故曰能知三神字可以還命延年此三神者乃天地神道君三元君字也人之先也常念勿忘也三元天之貴神是也

第二十六神仙

經曰子欲爲道當先歷藏皆見其神乃有信有信之積神自告之也先念天靈君天靈君青身白頭正在眉間思之三日即見其神念玄膺狀正赤生光念咽喉中正白如錄環十二重凡三日念遍乃念肺色正白名曰鴻鴻七日念心色正赤名曰呴呴九日念肝色正青名曰藍藍三日念膽色正青名曰護護三日念脾色正黄名曰俾俾五日念胃色正黄名曰旦旦五日念腎色正黒名曰潤潤三日念臍中太一色赤人名曰玉靈子三日念大腸正白色名曰胴胴一作洞洞七日念小腸色正赤名曰契契九日念丹田色正赤中有

赤人名曰藏精三日念玄丈方丈其中有人到住七日念金玉印乾燥完堅三日念玄英正黑潤澤有光三日念兩髀一作膛左右髀内各有一玉女衣絳披襦青裙正立兩膛上三日念兩足下各有一人正白三日念為道竟矣不出靜室辭庶俗赴清虛先齋戒節飲食乃依道而思之

第二十七神仙

經曰子審欲為道神仙不死當先去三蟲下伏尸三日百六十息食氣三十通一止九十通一休息日四為之常以夜半雞鳴時祝曰東方青牙紫雲流霞飲食青牙服食朝華三咽之南方朱丹煥燿徘徊服食朱丹飲以丹池三咽之中央黃氣黃庭高仙服食黃氣飲之醴泉三咽之西方明石皓靈金質服食明石飲以金液三咽之北方玄滋玄珠潤滋服食玄滋飲以玉飴三咽之如此三十日三蟲皆死伏尸走去而三神正氣自安定伏尸不敢復還兆身中即神仙不死玉字金名乘雲而上昇

雲笈七籤卷之十八

[illegible]

三洞經教部

經

老子中經下（一名珠宮玉曆）

第二十八神仙

經曰常以六甲之日平旦時拊心祝曰

蒼林玄龜流水如河炎火周身（身一作宮）安能知他道來歸己道來歸己因念肝色正青潤澤生光其上高危在左方次念膽色正青圓中黃外青潤澤清法傍生拊心著肝肝（一作復）其頭此道之始也念之既畢乃呼其神曰肉子藍藍（一本作皮）與己為友留為己使某欲得太一神丹服食之令某甲長生勿去某身常在紫房宮中與道合同也因瞑目念曰精青氣來下著身入鼻孔中念肝色青氣與之合於目前來入口中咽之三七而止思行青氣周徧一身中九十息止至乙日復存其神呼曰太一紫宮（紫宮一作紫房）素女與己為友留為己使某甲欲得太一華符服之至甲寅乙卯之日復存之

第二十九神仙

經曰常以六丙之日禺中時拊心祝曰

朱雀丹液天海地河願求不死服食天和（天和一作至和）因瞑目念心色正赤如日在肺葉間乃止念日精赤黃氣來在目前入口中咽之三九而止思行赤氣周徧一身中百八十息止呼其神曰李尚（李尚一作李常）曾子與己為友留為己使某甲願求太一神丹如金汋可飲食者常在絳宮中與己合同至丁日復存其神呼曰天皇絳宮玉女與己為友留為己使某甲欲得天皇長生之道至丙午丁巳之日復存之

第三十神仙

經曰常以六戊之日雞鳴時日西黃昏時拊心祝曰

天道天道願得不老壽比中黃昇天常早願延某命與道長久因瞑目念脾中黃氣來上至口中上念天精黃氣來在目前入口中咽之三五而止思行黃氣周徧一身中百五十息止呼其神曰玄光玉女養子赤子真人子

丹服食元氣飲寒醴泉故言一身神有父母
凡三人至巳日復存之呼其神曰眞人黃庭
玉女與巳爲友留爲巳使某甲欲求眞人黃
庭神仙之道至戊辰巳未戊戌巳丑之日復
存之

第三十一神仙

經曰常以六庚之日日晡時拊心祝曰
本子本子白雲卒起霧合萬里願雲來歸巳
常爲義使反復仙命終而復始因瞑目念肺
色正白令白氣來止至口中念曰天精白氣
○來下在目前入口中咽之三七而止思行白○
氣周徧一身中百四十息止呼其神曰先生
對對與巳爲友留爲巳使奉持華蓋金液玉
英常在勿出侍我道君共合爲一身至辛日
復存其神曰光黃玉堂青腰玉女與巳爲友
留爲巳使某甲欲得彭祖長生不死之藥服
之至庚申辛酉之日復存之

第三十二神仙

經曰常以六壬之日夜半時拊心祝曰
願覲天鏡玄滋玉池還白使黑常爲嬰兒神

來歸巳五藏相隨因瞑目念兩腎間白氣周
行一身中十二遍翕然布散流行四肢乃復
念兩腎瑰隗狀如雙鯉魚右黑左赤俠脊而
居炫爛光明相照一身中乃念青天太清元
氣下在目前入口中咽之一九而止思行太
清白元氣周徧一身還藏丹田中呼其神曰
司錄六丁玉女削去某死籍使某甲長生上
爲眞人十二太一皆當言生至壬子癸亥之
日復存之

第三十三神仙

○經曰所存念五藏神皆畢乃更念玄膺玉英○
金液恒勿忘也更念玄膺欲其潤澤而起行
列也別念玉英其中有一人大回倒豎小童
子服飾也存之欲令堅強長大自倍也念金
液欲令其乾燥而緩也如紫穀盛水銀也念
此盡遍而復存之法十二周精神處之和氣
自來百病去除壽命與天地期長生無極安
知死時

第三十四神仙

經曰食日之精可以長生緣玄上天上謁道

君其法常以月一日二日五日七日九日十一日十三日十五日日初出時被髮向日瞑目念心中有一小童子衣絳衣文彩五色灼灼正赤兩手掌中亦正赤以兩手掌摩面下至心止十二反為之念天日精正赤黃氣來下在目前存入口中咽之一九以手摩送之拊心祝曰

景君元陽與我合德俱養絳宮中小童子須臾復念心下至丹田中止以手摩送之以日託心心得日精已乃神仙矣

第三十五神仙

經曰食月之精以養腎根白髮復黑齒落更生已乃得神仙常以夜半時思腎間白氣周行一身中上至腦戶下至足心自然之道易致難行常以月十五日向月祝曰

月君子光與我合德養我丹田中小童子因瞑目念月白黃精氣來下在目前入口中咽之三七而止以手摩送之下至丹田之中丹田中氣正赤氣中有一人長九分小童子也衣朱衣故丹田中赤外黑左青右黃上白五色氣已具但以其月託腎腎得月精乃得陞泥丹田中赤者太陽之精也心火之氣也其外黑者太陰之精也腎水之氣也其左青者少陽之精也肝木之氣也其右黃者中和之精也脾土之氣也其上白者如銀盤而照覆之者少陰之精也肺金之氣也其中有五人即五藏之太子也五行之精神也人須得丹田成乃為真人故生于仁者肝之精也禮容者心之精也義慈者肺之精也和樂者腎之精也忠信篤厚者脾之精也辯勇者膽之精也跋和者膽之氣衰也盲者肝之氣衰也懦者肺之氣衰也癡者心之氣衰也濡者腎之氣衰也不肯嗜甘者脾之氣衰也其五藏衰者皆自見於已也憂悲不樂則傷肝傷肝則目瞑頭白當思腎心以養之淫樂過度即傷腎傷腎則腰疼痛身沉重大小便膿血思肝肺以養之恚怒則傷心傷心則病狂吐血思肝脾以養之連患憂難則傷肺傷肺則思脾腎以養之飲食絕飽酒醉過度則傷脾傷脾則思心肺以養之令其子母相養之即病愈

疾除（求神仙之人孫處五藏學士明照之）

第三十六神仙

經曰食大極之精乃得長生常以六戊之日時加其辰（辰一作神）一道士於室中冠帶北向再拜曰皇天上帝太上道君曾孫小兆王甲好道願得長生暮夜卧上念北斗太極中央大明星精正黄氣來下在兆目前入口中咽之三五而止黄精氣填滿太倉黄庭中下至丹田中乃念絳宫中有一赤人紫房宫中有五人太一君在其中老子仙人仲成子在左太和曲文子在右明堂宫中有玄光玉女左右黄裳子右有中黄真人俱宿衛真人子丹也乃復下念玉堂三公呼曰司録六丁玉女削去某甲死籍令某甲長生氣定乃復念真人子丹在胃管中祝曰

玄光玉女養我真人子丹服食元氣飲宴醴泉以北斗中極託脾脾得斗極之精乃為真人

第三十七神仙

經曰肺為尚書肝為蘭臺心為太尉公左腎為司徒公右腎為司空公脾為皇后貴人夫人膽為天子大道君胃為太倉太子之府也吾之舍也大腸小腸為元梁使者下元氣為大鴻臚中元氣為八十一元士上元氣為高車使者通神於上皇故肺為玉堂宫 心為絳宫朱雀闕門腎為北極幽闕玄武掖門脾為明堂侍中省閣也胃為上海日月之所宿也臍為下海日月更相上下至胃中故太初者元氣之始也道也一也心上為天太始者為萬物之始也山川也地也為腎太素者人之始也精也脾也土也上亦有三宫兩目為絳宫兩耳為玉堂宫鼻口為明堂宫眉間為郊山能合三元氣以養其真人小童子則列然徹視矣

老君曰萬道衆多但存一念子丹耳一道也在紫房宫中者膽也子丹者吾也吾者正己身也道畢此矣

第三十八神仙

經曰道士鍊水銀消沙液珠玉八石以作神丹服一刀圭飛昇天宫身常食氣乃得長生

神仙存神食丹乃爲眞人眞人得道上佐上皇治故眞人以水土溟溟浩浩天地濆濆濛濛不知所存藏萬八千歲乃成天地人故眞人以土作人呼吸飲食從騎伏使令土不得獨處人不得獨存故言黃土本人之先也眞人去之上昇九天世人無道下入黃泉盖土三升子（了一作）無骨筋（一本作肋）故九天丈人有言曰食於天者以身報天上爲眞人（神仙戲游）食於地者以身報地下爲尸鬼食於人者以〻身報人骨毛棄捐兆欲爲道勿食飛鳥天之所生殺之數數減子壽年人畜食之可以爲廚宰六畜也避六丁神獸類也勿食丁卯兎也丁丑牛也丁亥猪也丁酉鷄也丁未羊也丁巳蛇也此大禁之六丁神之諱也兼氣服丹入室之時無食生物禁食五畜肉五畜肉者馬牛羊猪狗也但得食鷄子魚耳禁食五辛見惡自死之物愼勿食服丹尚可乘蹻禁之

第三十九神仙

經曰道者吾也上上中極君也兆常以日出時日中時酉時夜半時中酉（一云日）上念太極中央太黃星其精氣來下在兆額上眉間止正赤黃白如日狀以意致之下入口中咽之令其氣下入絳宮紫房黃庭中咽之三五而止

祝曰

皇天上帝太上道君曾孫小兆王甲好道願得長生此吾之氣也吾從此氣生念之萬遍無止也令兆長生上爲眞人雲車下迎飛昇天宮上謁上帝南極老人元光之前

老君曰聖人銷珠賢人水玉銷珠水玉其道同法銷珠者服日之精左目日也水玉者食月之精右目月也被髮正偃卧瞑目常念兩目中黃精赤氣來下入口中咽之三九而止令人神明徹視八方食肺之精常念肺中白氣來上出至咽喉入口中咽之三七而止令人神明身生光澤辟邪致神玉女侍之即長生辟百鬼矣常念身中小童子衣絳衣在心中央中央即神明也時念心中有紫華蓋下有一人著赤幘大冠絳單衣銜箭引弩憤然而嗔即能辟兵役使鬼神矣

第四十神仙

經曰常思頂中紫雲出如車蓋狀如火氣文彩五色上與天連以意極布之與天相平下念胃中黃氣如橘忽長稍大身形如日念目下元氣赤人黃人道氣行布四支登高入日中（登高一作登臺）上至絳宮紫房太一祝曰太一北極敬告諸神常令魂䰟安寧無離某甲身是謂自然無形者也

第四十一神仙

經曰鬼箭十二可以辟兵常思心中十二芝莖上與肺連以意抱之名曰鬼箭兆常行之五兵自辟凶惡自亡以擊四夷捐捣電光但聞兵楯刀戟金鉦天神皆助真也雷公擊鼓也太白揚光白帝持𢦏蚩尤辟兵青龍守門武夷在庭螣蛇玄武主辟凶殃白兎擣藥蟾蜍在傍太一和劑彭祖先當服一刀圭面目生光身出毛羽上謁上皇此道也使諸神氣與予合同慎之勿解殆也

第四十二神仙

經曰常以庚申之日申時被髮西南首申地偃卧縱體瞋目念肺正白潤澤光明中有芝草莖大如小指其中空而明下與心相連其中有青赤氣上下交通出心入肺之中合之至下瞞時止肺者人之天也心者人之日也日氣上出如赤丹之精未嘗有之時人須得此氣以生耳失此氣者則死矣名曰自然之道道通神靈矣

第四十三神仙

經曰常念心中赤氣如日內青外黑三合成德以應道數師曰常以平旦念心中正赤如日日中有人著大冠赤幘衣絳單衣兆見之呼曰天皇太一君使某甲長生上為真人

第四十四神仙

經曰還精絳宮之中法常以月一日十五日晦日以日初出時被髮東首向日卧以左手摩兩乳間下至心九反而止拊心言曰神乎神還絳宮無離己身神乎安君靜處與己言語如此三乃止師曰每摩兩乳間者使氣上下道也拊摩其心存小童子此名虛無還精絳宮者月三日為之也神仙之道也

第四十五神仙

經曰元陽赤人太一也元陽道君中太一也
元陽子丹已吾身也元陽玄光玉女道之母
也元陽皇人太一王也元陽丹田藏精宮也
師曰元者氣也陽者日也當思心中有日日
有赤人著赤幘大冠衣絳單衣次思臍中有
太白明星三光耀而相照星上各有一人衣
絳朱衣冠九德之冠道君在中央左有老子
仲成子右有太和曲文子凡五人是一也次
念脾上正黃中有日日中有三人道母玄光
玉女在中央左有黃裳子右有中黃直次念
胃管中有真人子丹坐珠玉之狀上黃金色
雲氣爲帳玉女小童子侍之次念臍中太一
衣五緑朱衣冠三降之冠左青人右有白人
前有赤人後有黑人次念丹田中有赤氣赤
氣中有三人赤人在中央左有青人右有黃
人赤氣繞之內青外黑上白中黃念此畢卧
有所見神氣來語人也

第四十六神仙

經曰常念脾中有黃氣升上至口中咽之三
五而止即飽矣可以辟穀坐在立亡師曰常
思脾中有日日中有黃金匱匱中有書封之
以黃玉印印廣三寸字曰咸喜精而思之則
印自出兆能見而讀之心開目明即時神仙
矣

第四十七神仙

經曰常思念胃中正白如凝脂中有黃氣填
滿太倉上至口中咽之即飽師曰胃者太倉
也諸神皆就太倉中飲食中黃金釜金甑玉
女小童主給使之故呼曰黃裳子致行廚矣

第四十八神仙

經曰腎者元氣之根也常思腎間白氣上昇
至頭中下至足心十指之端周行一身中十
二過而止手足皆熱可以不飢不渴不寒令
人不老白髮復黑兆常念行之

第四十九神仙

經曰常以月朔望日思兩腎間白氣上頂中
下至足心神龜五彩爲甲文若總系上有玄
光玉女二公相對坐前有太一後有玄冥司
錄司命共議死生人精念之三十息止呪曰
司錄君司命君六丁玉女削去某死籍著上

生文此當言長生神龜呼吸吐故納新恣意所爲白龜之神元氣布行四支皆温人須得腎氣神龜呼吸乃生耳常以甲子日及壬子日存行之即長生矣

第五十神仙

經曰常以甲午之日日中時被髮南首偃臥瞑目念臍下三寸丹田中黄其氣正赤大如手掌其外黑次其外青臍上有白氣覆之肺氣也左有青右有黄各大如手掌此三者肝氣脾氣肺氣師曰丹田中赤者太陽氣其外黑者太陰氣次外青者少陽氣三合成德三氣守之即長生矣

第五十一神仙

經曰心爲虛腎爲元虛氣以青上爲天元氣以穿下爲地入於太淵故虛氣生爲呼元氣生爲翕心爲日腎爲月脾爲呼心氣下腎氣上合即爲一布行四支不休息故心爲血腎爲氣合即流行名曰脉脉者魂魄人之客也魂魄以去主人寂寂故伯脉盡則氣絶氣絶即死矣是以爲道者不可不存其神養其根

益其氣兆汝努力努力將去矣眞人得道萬八千歲一會道士得道千歲一會故作中經以遺後世本上皇藏之金匱道人得千金勿傳出也

第五十二神仙

經曰三元之日會合於己亥三元者太一太陰宮氣是也元三俱起己亥太一左行歲一辰害氣右行四孟歲行一孟太陰右行三歲一辰九年行方四九三十六年三元俱合於亥三合之歲水旱兵飢災害並起三合之歲陰陽隔并感天動地害氣流行晝行則傷殺中有人即疾疫中殺即飢貴兆汝居其間不能自生也可不努力勉時學道哉當期之世水旱蝗蟲五穀飢貴兵革並起人民疾疫道路不通負老提幼散流他方其父母妻子兄弟哀氣内發摧肝絶腸略爲奴婢不知縣鄉於期乃欲學道豈不晩哉豈不晩哉吾深戒子存神作丹早自防即遭亂世遠去深藏聖主明世道可服而行也故天地之會四十五歲一小貴九十歲一小飢一百八十歲一大

貴三百六十歲一大飢五百歲賢者一小千歲聖人一小聚三千六百歲聖人大會萬八千歲眞人一小出治三萬六千歲至極仙人一出治三百六十萬歲天地一大合元氣溟涬濛鴻无形人爲萬物不知東西南北人化爲禽獸禽獸化爲人眞人乃在元氣之上仙人乃在絕域无崖之際道人隱居可以貴重也

第五十三神仙

經曰天都京兆合在句陳之左端號曰安德君主與天太一北君共案計說諸神主人魂魄會於南極有錄者延壽衆神共舉之無錄者終矣司命絕去之人魂魄會於北極有功德於人天地萬物者子孫富貴壽考顯明身得封侯復出爲人無德者有三一曰殘賊酷虐害逆天地四時二曰呪咀嫉妬淫泆憧易天地神靈三曰不孝不忠盜竊陰賊推埋殺人犯此三者子孫絕滅人生自有三命至娶婦嫁女復定其一命移徙葬埋復定其一命得吉身者壽考子孫富貴得凶者死子孫貧困也汝居世間當何著乎天地神可畏也故

天置日月北斗二十八宿五星主之六甲六丁諸神主行民間兆汝不知汝甚可畏之常復有邪鬼精魅至於家患不祥里社木土公司命門戶井竈清溷太陰水瀆皆能殺人者兆汝欲卻邪辟鬼當被符次服神藥符者天地之信也藥者人丹也益其氣力身輕堅強卽邪氣官鬼不能中人也卽成神仙矣鬼者神之使也鬼見天信卽去矣人亦有之京兆合中極鄉璇璣里夏里黃公字德皇正在臍中央太一是也一名王靈子衣五彩朱衣總閱黃神常以八月秋分之日案比計筭常先之一日後之一日正節之日凡三日入室勿出常以雞鳴時思之平旦兆悅之至日禺中時止爲之三日被髮西北向偃卧縱體無令他人見之豫勑家中人無得有聲先齋戒沐浴至其日入靜室中安心自定先祝之曰曾孫小兆某甲好道願得長生今日秋分之日天帝使者夏里黃公來下入吾身中案比總閱諸神不得遺亡皆當來會從上三呼之北爲之日三呼之三日九呼之日中乃止卽言

曰司錄六丁玉女削去某死籍更著某長生神仙玉曆急急如律令即日有天帝無極君教自應曰諾下床回向再拜謝天神一身道畢此矣

第五十四神仙

經曰子欲知眞人仙人何類仙人衣襟衣生毛羽眞人無影衣五綵朱衣其居無常處東春南夏西秋北冬浮游名山崑崙蓬萊大鄣九城之上時上謁上謁上皇故眞人得道八千萬歲乘珠玉雲氣之車駕无極之馬時乘○六飛龍佐上皇治中仙之士中天而上乘雲往來歷越海江下仙之士法當尸解晦日朝會拜禮不得解怠當爲神使道非有所異也但有尊卑等故耳故百歲之人黃頭變二百歲之人兩顴起三百歲之人萬物耳四百歲之人面縱理五百歲之人方瞳子六百歲之人背助脅七百歲人骨體填八百歲之人腸爲筋九百歲之人延耳生千歲之人飛上天上謁上皇太一爲仙眞人重瞳子故能徹視八方食芝服丹即不老人萬八千歲更爲童子男八女七從此始

第五十五神仙

經曰子欲制百邪百鬼及老精魅常持符刺劒亭木寃上於中視其形影凡行出入卒逢非常怪物於日月光中視其形影皆可知也以丹書制百邪符置于寃木上邪鬼見之皆自然消去矣諸精鬼魅龍蛇虎豹犬畜狐狸魚鼈黿飛鳥麋鹿老木皆能爲精物犯人者符刻之斬之付河伯社令常召今日直符使六丁神守之宿衛左文字在八十一首玄圖○六甲宮四十九眞中亦有珠胎七機華蓋清觀皆能制百邪此四符者惡穢人不可服也當被服感喜巨勝左契右射太極太清太玄陽章恭天包元氣太虛此大道也可常被服無所不防亦無禁忌也上制文曰皇天上帝太上道君曾孫小兆王甲好道願得長生所願從心來自在心也不多言上封文曰皇天上帝太上道君天一太一北斗君日月陰陽君司命君司錄君曾孫小兆王某好道願得長生唯司命司錄君削去死籍更著長生玉

曆仙籍定為真人臣某即日除為太一使者
再拜受命上皇道君中黃門子再拜著契封
符傳當清潔先解過常以西四時除日及八
節日以酒脯於東流水上解過南流亦可神
仙玄圖日玉曆五十五章姓名符信本在上
皇金匱玉笈玉筒中封之九重兆得之慎勿
妄傳子慎之勿受錢之得其人即傳之可得
神仙吾時時自案行此三篇三篇上下中經
也吾常使司命教鬼守汝勿妄增減吾文一
字不具吾即知之兆汝慎之慎之如吾言符
與下字以丹青之此吾之信也兆汝當欲神
仙當先服還丹金液存神即時仙矣上為真
人兆汝不服神丹金液當自苦耳為寒溫風
鬼所繫司命不救汝也道神無奈汝何兆為
道遙衣適食守虛元為自然鬼亦不能救殺
也年壽終竟自死矣何以言之以其不堅守
神故也譬猶萬物之生非欲求死但自然老
枯槁腐死其人亦如此矣吾以諭汝努力求
師吾教八十一弟皆仙其十人布在民間遊
遨穀仙吾越度秦項不出為漢出合於黃世
見吾大吉

雲笈七籤卷之十九

雲笈七籤卷之二十　　優十

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房纂進

三洞經教部

經

太上飛行九神玉經（一名金簡內文）

太上大道君告北極真公曰吾昔遊於北天策駕廣霙足躡華蓋手排九元逸景雲宮遨戲北玄逍遥朔陰之館賞于洞毫之門肹璇璣以召運促刧會以儛輪數萬物之周衰俯天地而長存乃覺九星之奇妙悟斗魁之至靈也夫九星者寔九天之靈根日月之明梁萬品之淵宗也故天有九氣則以九星為其靈紐地有九州則以九星為其神主人有九孔則以九星為其命府陰陽九宮則以九星為其門戶五嶽四海則以九星為其淵府五九參列綱維無窮制御天宿迴轉三辰綱理四五致天地得存萬品之所宗神仙之所憑夫天無九星則無以為高清地無九星則無以為至靈人無九星則九孔不明上帝兼之以通真神仙憑之以得成五行乘之以致度萬物稟之以得生也天清地靜則九星煥明天激地否則九星翳昏璇璣召劫度之期天關運五行之氣輪空洞之大福促九天之應會是以神光轉灼玄監萬生傳行越位以告災祥天地所以有大運之交百六應符皆九星韡轉數終所以陰陽勃蝕二氣否激天翻地覆九海冥一金玉化消毫末不失也悉九星之所迴璇璣之所促明天地之用玄綱之妙得其中則有空常隱步藏景遂形變化三辰萬物並成累縣隱淪二十五名其趣幽微秘不下傳上有九辰華君中有九皇夫人魂精魄靈皆九斗之威神吐煥七曜之光流映九天之門洞朗幽虛無毫不彰也其星陽芒則為流金火鈴陰芒則為豁落七元皆高上之靈業元始之威章也龍飛尺素之訣隱諱口口之中列昴華晨之下羊腐禮天以招真則玄光曲照于盟場九晨下降於靈宇夫人權悅於寢席玄斗記名於隱書有知此道存之便足以免大劫之會度洪災於甲申也修之二七年便得晏鴻翩而騰翔斥紫霄而升

晨也此玉清之上道不比上清之中仙也玉
清則上清之高真上清則太清之高神太清
則飛仙之高靈凡行玉清之道出則諸天侍
軒給玉童玉女各三千人建三七色之節駕
紫雲飛軿十二瓊輪前導鳳歌後從玄鈞六
師啓路飛龍羅轄其位准高仙列圖玉清行
上清之道出則五宿侍衛給玉童玉女各一
千五百人建紫毛之節駕飛雲丹輿前吹鳳
簫後奏天鈞玄龍啓道五帝參軒位准上清
左右位卿行太清之道出則五帝侍衛給玉
童玉女各八百人建五色之節駕龍輿飛煙
前嘯九鳳後吹八鸞白虬啓道太極參軒故
真中有高卑玄中有階次也玉清之道玄遠
絕邈不比中真及飛仙之徒九星上法玄映
之道吾昔受之於元始于今七億萬劫經天
地成敗萬品彖滅而其道獨存今猶修之於
雲景之上而不能忘之於時節者意玩此道
高妙愛樂夫人接遇也況來生始學飛晏之
舉而不知幽尋步空之法何由待披重霄之
門觀天地之始終乎既無此道與九晨乖域

夫人絕遊也徒有玄名帝錄超卓高騰正可
得策駕雲龍遊騁五嶽但不死而已如此望
躡斗魁旋步華晨騰景玉清當未有期也子
方當匡御劫運封掌十天科篇玄錄理判神
仙宜受此法以綜萬生今出相付子秘而修
焉九晨真人曰行飛步之道先一日沐浴齋
畢是日於中庭布星圖隨斗建也北向長跪
燒香於玄冥星下叩齒三十六通開眼存歲
星在左脇太白星在右脇熒惑星在頭上辰
星在臍下鎮星在心次覆衣九星先舉左手
屈於頭上如斗勢存陽明星在左手掌中陰
精星在左肘上真人星在左乳上玄冥星當
心（謂燒香於玄冥星下而存事出心而應天明也）
丹元星在右脛上北極星在右膝頭上天關
星在右足趺上輔星在臍下獨星在頭上舉
微呪曰
衣天斗戴金巾乘魁綱入斗門朝真人拜華
晨二十八宿覆絡我身乘空步虛飛升自然
舉咽氣九過止次舉右手如斗勢臨頭上存
陽明還右手掌中陰精星右肘上真人星在

右乳上玄冥星當心上丹元星在左脇上北
極星在左膝頭上天關星在左足趺上弼星
在左目上輔星在右目上畢微呪曰
我乘天綱步九元攝斗魁行飛仙得天心萬
神懼隱形藏景變化萬端敢有干試收繫斗
門祓除不祥正眞明分左煥火鈴右輝靈旛
威光萬里斷命立前玉帝所呪靡不如言畢
咽氣十六通止次乘斗旋行斗星之外步斗
魂魄從天樞星上對陽明次登天璇天機以
次周於隱元往反三過畢於隱元星上歌三
○洞飛空章而登陽明也便立為夫人形象如左也
第一天樞星則陽明星之魂神也天樞星威
而不曜光而不照潛洞太虛圍九百二十里
對陽明星之西北門其星則號元斗宮魁精
玄上眞皇夫人姓明通諱覺玄眞名上精顯
建飛雲華頹之髻餘髮散至腰衣紫黃青三
色之褐帶九鈴之綬口恒吐青氣之光以注
於陽明星上以明星之煥也修飛步之道當
思夫人姓諱形像然後呪則魂神澄正明星
懽悅天光洞映使魂影俱飛登晨也并足上

天樞星上對陽明星左手撫心右手指陽明
星叩齒九通咽液九過閉氣三息而微呪曰
天妃九星凝氣結眞七曜纏絡號曰玉晨上
建華蓋下躡斗魁身乘天機飛步瓊軒魂精
魄靈與形合仙保元日月天地長存隨運變
化夫人齊速上升九天詠景自然畢閉氣三
息次左足躡天璇進右足與左足并通氣
第二天璇星則陰精星之魂神也天璇星景
而速映照而不煥潛洞太虛圍五百五十里
對陰精星之西門其星則號玄斗宮虛精上
○玄皇夫人姓玄鏡諱鬱勃光眞名金歸頭建
飛雲華頹之髻餘髮散至腰衣飛錦羅霜風
文錦蜲帶靈飛紫綬口恒吐黑氣之光以注
於陰精星上以明星之暉曜也修飛步之道
當思夫人姓諱形像并足上天璇星上對陰
精星左手撫心右手指陰精星叩齒九通咽
液九過閉氣九息而微呪曰
北玄皇靈九上開清玉華潛映緯絡紫庭令
日飛步萬道通明魂魄澄正安附我形無使
飛翔同升北星上騫玄精飲以玉泉永變化九

微保命天靈畢閉氣三息次進左足躡天璣星次右足來并通氣

第三天璣星則眞人星之魄精也天璣星猛而不顯睥而不曜潛洞太虛圓七百七十里對眞人星之東南門也其星則號上精宮靈妃元皇夫人姓常明諱化雲眞名流爛頭建晨嬰寶冠衣飛雲明光錦獨帶六山飛晨之綬口恒吐黃氣之精以注眞人星上以明星之暉也修飛步之道當思夫人姓諱形像并足上天機星上對眞人星右手撫心左手指眞人星叩齒九通咽液九過閉氣十二息而微呪曰

靈妃元皇九星中眞上理璣度總監諸天下試群方遊景紫煙是日上吉皇道赦陳淵流九外曲纏我身飛行躡步上入帝晨與皇同眉永享劫年畢閉氣三息次進左足躡天權星進右足與左足并通氣

第四天權星則玄冥星之魄精也天權星微而隱隱而同映潛煥太虛圓八百里對玄冥星之東門也其星則號綱極宮上靈神妃華皇夫人姓開生諱運明眞名嬰關頭建七稱之冠衣緋羅鳳文之獨帶金眞玉光口恒吐赤氣之精以注玄冥星上以明星之煥耀也修飛步之道當思夫人姓諱形像并足上天權星上對玄冥右手撫心左手指玄冥叩齒九通咽液三過閉氣三息而微呪曰

神妃上靈號曰華皇安鎮華蓋北上之宮左侍玉女右衛靈童道引七精九暉之光爲我致眞飛步天綱使我魂魄俱升帝堂畢閉氣三息次進左足躡玉衡進右足與左足并通氣

第五玉衡星則丹元星之魂靈也玉衡星大而黑踊而不煥潛洞太虛圓七百二十里對丹元星東北門也其星則號紀明宮北上金蓋中皇夫人姓元方諱神武眞名勧頭建紫晨飛華之冠衣九色之獨帶神虎玉文口恒吐白氣之光以注丹元星上以明星之暉也修飛步之道當思夫人姓諱形像并足上玉衡星上對丹元星右手撫心左手指丹元叩齒三通咽液三過便閉氣三息而微呪曰

皇華中妃上元所居九斗吐暉精煥八嵎流煙鬱勃散靈朱虛使我魄靈天地同符形魂俱升駕空策虛玉光纏絡丹軿紫輿飛行北上參受隱書畢閉氣三息次進左足躡闓陽星進右足與左足並通氣

第六闓陽星則北極星之魄靈也闓陽星朗而潛照暉而不煥洞微太虛圍七百七十里對北極之下開北洞之門也其星則號紫極宮安上晨華元皇夫人姓王元諱梜華真名冥會頭建玉晨進賢之冠衣飛青羽翮帶流金大鈴口恒吐綠氣之精以注北極星上以明星之曜暉也修飛步之道當思夫人姓諱形像并足上闓陽星上對北極星而左手撫心右手指北極叩齒三通咽液五過閉氣五息而微呪曰

九天上帝黃華之宗運轉璇璣總輪八方使我飛步躡紀天綱反覆交并三五縱橫通靈八微羽衣玄黃龍輿玉景飛行太空長享眉壽天地同功畢閉氣五息次左足躡搖光星進右足并通氣

第七搖光星則天關星之魂太明也搖光星則光轉空洞迴旋天關也潛煥太虛圍九百里上對天關星之南門下對北極星也其星則號運天宮玉華靈皇夫人姓度元諱綠會真名啓光頭建飛華頹雲之髻餘髮散至腰衣七色夜光雲錦之帬九色錦帔九天威靈玉策口恒吐赤氣之精注天關星上以明星之大光也修飛步之道當思夫人姓諱形像并足上搖光星上對天關星而左手撫心右手指天關叩齒九通咽液九過閉氣三息而微呪曰

天地迴轉七光大明旋輪九氣上應玉清中有夫人號曰華靈玄映九外無老不生是日良吉飛步黎庭使我魂魄安附身形變化空洞出幽入冥天地同輪萬劫不傾保仙上元九晨齊精畢閉氣七息次左足躡洞明星進右足并通氣

第八洞明星則輔星之魂精陽明也洞明星則光迴諸天總輪上宿流暢太虛圍九百九十里上對輔星西南門也在天關之上梁北

極之陽芒也其星則號空眞宮太明常皇夫
人姓幽幷諱無韻眞名空變頭建飛雲華頹
之髻餘髮散至腰衣飛羅文禰帶九光之綬
口恒吐青氣之精注於輔星之上以常陽大
光也修飛步之道當思夫人姓諱形像幷足
上洞明星上對輔星而右手撫心左手指輔
星叩齒九通咽液九過閉氣三息而微呪曰
三五飛行天地開張九元迴綱合纽上京天
眞散靈萬道滋昌夫人曲映是日吉良飛步
斗魂旋行王綱頭戴華蓋足履常陽遊戲三
清變化萬方保仙自然享壽無窮畢閉氣十
二息次左足躡隱元星進右足幷通氣
第九隱元星則䎙星之魂明空靈也隱元星
則隱息華蓋之下潛光曜於空洞之中國九
百九十里上對䎙星之東南門也其星則號
元寶宮空玄變靈上皇夫人姓冥通諱蔦先
眞名常陽頭建飛雲七稱玉冠衣青文錦禰
帶九光夜燭口恒吐黑氣之精注於䎙星之
上以明煥隱洞之光也修飛步之道當思夫
人姓諱形像幷足上隱元星上對䎙星而左
手撫心右手指䎙星叩齒十二通咽液一過
閉氣一息而微呪曰
上步天綱飛行羽門出入三生逃身隱淪變
化形影千合萬分神安氣鎭錬度仙魂舉體
同飛衣服錦帬流鈴交落身佩虎文㬅宅五
帝策駕景雲上造北晨朝謁皇君畢閉氣一
息止還幷足上天樞星上畢步往反三周不
須復存思呪說也步斗魂事畢存呪正初登
星一過行之爾往反三過畢還立天樞星上
向陽明星而歌誦徘徊遊行九晨羽章三篇
畢便登綱上陽明星上行飛步也

羽章

雲綱落天紀　九斗翠玉虛　紫蓋重霄嶺
玄精朗入嶓　上有九晨賓　吟詠隱景書
飛步遊北漢　長齡天地居
控轡玄羽臺　飛行九元所　洞虛深幽邃
雲綱乘空乘　下有採眞士　仰照玉晨府
三周陽明上　九迴入洞野　高步登帝寺
長歌龍飛語
玉霄映北朔　瓊條翠隱柯　空生九靈臺

煥精曜太遐　天關運重冥　劫會塵經過
乘我羽行篤　飛步織女河　保靈空常化
永忘天地多
此三章出玉清上宮諸九陽玉童九華玉女
皆恒歌誦之於華晨之上以和形魂之交暢
啓靈眞於幽關也
凡修飛步七元行九星之道無此歌章皆不
得妄上天綱足躡玄斗也犯之九星則執子
魂魄閉於斗綱之下也令人猖狂失性嗔怒
妄興不出三年無不喪身非道不欲使人得
仙而人不能明道淵源耳知此豈可不詳而
行焉九星則九天之根玉清之明精九魂則
九星之明靈人徒知步七星之妙而不知九
星魂魄之至靈也非七星不欲運人上斗而
人身魂神畏斗星之靈魄不敢隨人而騰空
也欲修飛步之道宜知斗星之魂魄九星夫
人內名空常之隱訣也而按圖修行豈當不
得飛登北元上謁華晨者哉但此道高妙玉
清寶秘不行中仙鮮有得者知其法則九星
內映夫人降席斗魂感悅則共攜非而昇入

九元之內宮
陽明星天之太尉司政主非上總九天上眞
中監五嶽飛仙下領後學眞人天地神靈功
過輕重莫不隸焉星圍九百二十里皆瑠璃
水精中有玉樹青實金翅之鳥棲宿其上自
生青精玉芝食之一口壽九萬年星有九門
有四光芒皆燭照九億萬里中上有青城玉
樓掾斗眞人號曰太上宮青城玉樓九晨君
姓上雲諱法嬰容字蓋洞陽搖天梃頭建九
晨玉冠衣青羽飛裳手執斗中玄圖坐玉樓
之中有玄名玉錄當得知九晨君內諱知者
玉晨下映明星玄降修其道飛行太空升入
九門之內也修飛步之道當先於陽明星上
右手撫心左手指天東北閉氣九息叩齒九
通咽液三過閉眼思九晨君姓諱形像留立
陽明星上便微祝曰
飛天九晨上據玄魁威振八煥司政亂非令
日飛步萬道通開九眞齊景天轉地迴鬼謀
截頭人逆斬摧三綱所捕逆者將兼神靈侍
衛享福巍巍得天之心骨化形飛手攀七綱

足踐九扉雲行雨步上昇太微畢左轉陽明
星上九迴立向鬼門閉氣三息轉左足躡陰
精進右足并於陰精星上通氣
陰精星天之上宰主祿位上總天宿下領萬
靈及學仙之人諸學道及兆民宿命祿位莫
不隸焉星圍五百五十里亦皆瑠璃水精中
有玉樹黑實金翅之所棲自生玄芝玉飴食
之一口得壽五萬年星有五門門有四光芒
爛照九億萬里中上有五色玉樓攀魁真人
號曰中元宮五色玉樓北上晨君姓育嬰諱
玄上龕字昌陽文潡明光頭建玄精玉冠衣
玄羽飛裳手執五色羽節坐玉樓之中若有
玄名朱臺當得知上晨君內諱知者則北上
下映陰精玄降修行其道則飛行太空昇入
五門之內也修飛步之道當先於陰精星上
左手指本命右手撫心閉氣五息叩齒五通
咽液五過閉目思北上晨君諱字形像留立
陰精星上便微呪曰
玄晨北靈五氣上精體隱六紀心藏景星日
月俠映三光飭形今日元吉步綱紫庭上開

天戶受福朱靈享祚無極祿位尊榮萬願交
獲所向利貞騰飛華蓋遨翔玉清上詣北晨
九真齊軿畢左轉陰精星上五迴向本命上
立閉氣三通轉左足躡綱星進右足并通氣
不得躡真人星但躡綱星耳
真人星天之司空主神仙上總九天高真中
監五嶽靈仙下領學道之人真仙之流莫不
隸焉星圍七百七十里亦皆瑠璃水精中有
玉樹黃實金翅之所棲自生黃精玉芝食之
一口得壽三千萬歲星有十二門門有四光
芒爛照九億萬里中上有黃臺玉樓真人號
曰真元宮中黃臺玉樓主仙華晨君姓歸玡
諱妙陰光字通度元度凝脂頭建飛晨寶冠
衣青羽飛裳手執斗中青籙坐玉樓之中若
有玄名方諸當得知華晨君內諱知者則華
晨下映真人玄降修行其道則飛行太空昇
入十二門之內也修飛步之道皆不得躡真
人星也當并足綱星上所謂偃息華蓋者也
北老真公曰子欲騰身勿千真人子欲飛行
勿枉天綱子欲神仙當拜華晨行道當避真

人星立掷星之上拜眞人朝華晨而求飛空
也掷星曰空輔星曰常常者常陽空者隱藏
其有諱不得傳於人口可於華晨之下羊羼
禮天裂素盟而傳得此秘諱心存而行之輕
泄七祖負考風刀也當於掷星上右手撫心
左手指西北閉氣九息叩齒九通咽液九過
閉眼思主仙華晨君姓諱形象留立眞人星
上便微呪曰
太微通眞掷精華晨吐煥九精結氣紫煙飛
霞流映光曜十天上理元衡下攜神仙今日
○飛步請禮眞人一求空行二乞隱身三願上
昇北掖四便龍衣羽服錦帔青帬駕乘八景
浮遊九玄得入天宿與帝同軒畢左迴掷星
七過向眞人閉氣三息轉左足躡玄冥進右
足并通氣
洞中 十四
玄冥星天之遊擊主伐逆上總九天鬼神中
領北帝三官下監萬兆伐逆不臣諸以凶勃
莫不隸焉星圍八百里亦皆瑠璃水精中有
玉樹赤實金翅之所棲自生丹芝流瑛食之
一口得壽八千萬年星有三門門有四光玄

燭照九億萬里中上有朱臺玉樓出斗眞人
號曰紐幽宮中朱臺玉樓玄上飛蓋晨君姓
冥杷諱定寶覺字法明度摇天柱頭建三華
寶晨冠衣丹錦飛裳手執命靈之鉀生玉樓
之中若有玄名玉格當得飛蓋晨君內諱知
者則飛蓋下映玄冥玄降修行其道則飛行
太空上昇入三門之內也修飛步之道當先
於玄冥星上右手撫心左手指天閉氣九息
叩齒三通咽液三過閉眼思飛蓋君姓諱形
像留立玄冥星上便微呪曰
○天眞行道步景藏形七元煥落九晨齊并手
把天衡足踐飛星左輔火甲右御朱兵威振
十天流煥上清先戮謀議後伐妖精敢有干
正斬以刀刑三綱所制莫不伏聽變化往反
適心華庭乘空飛步上造帝靈畢左迴三轉
向天閉氣三息轉左足踐丹元星進右足并
通氣
洞中 十五
丹元星天之斗君主命錄籍上總九天譜錄
中統鬼神部目下領學眞兆民命籍諸天諸
地莫不總統星圍七百二十里亦皆瑠璃水

精中有赤樹白實金翅之所棲自生金精冶鍊之膏食之一口得壽七萬年星有七門門有四光芒燗照九億萬里中上有素臺金樓躡紀眞人號曰綱神宮中素臺金樓躡紀眞人金魁七晨君姓上開諱冥通光字炎煥元變五道頭建七寶飛天冠衣白錦飛華手執青元籙籍坐金樓之中若有玄名覘臺當得知七晨君内諱知者則七晨下映丹元玄降修行其道則飛行太空上昇入七門之内也

○修飛步之道當先於丹元星上右手撫心左手指天關閉氣七息叩齒三通咽液三過閉眼思七晨君姓諱形像留立丹元上便微祝曰

飛行躡紀工步丹元乘魁落宿呼命斗魂削死勒生青白簡分三合成道年命長延享利眉壽齊生華晨肉飛骨輕腐景乘雲仙衣羽服流鈴紛紛五色煥燿昇入七門畢迴星上七轉還向天關閉氣七息轉左足踐北極進右足并通氣

北極星天之太常主昇進上總九天眞中紈

五嶽飛仙下領學者之身凡功勤得道轉輪階級悉總之焉星圍七百七十里赤晉瑠璃水精中有黑樹白子金翅之所棲自生玄芝水瑛食之一口壽五萬年星有八門門有四光芒燗照九億萬里中上有玄臺玉樓步綱眞人號曰紀明宮中玄臺玉樓北晨飛華君姓明靈諱長明化字淵洞源昌上元頭建飛精華冠衣紫錦飛裳手執九斗玉策坐玉樓之中若有玄名金臺當得知飛華君内諱知者則飛華下映北極玄降修行其道則飛行太空上昇八門之内也

○修飛步之道當先於北極星上右手撫心左手指金門閉氣八息叩齒三通咽液三過閉目思飛華君姓諱形像叩齒立北極上便微呪曰

天行三五中元迴旋飛步華蓋御斗乘晨落紀三命徘徊遊姪今日元吉上希神仙名書玉簡列字紫篇青襦羽服丹帔錦裙八景丹輿運我昇軒位爲仙卿北上之君請求所呪靡不如言畢迴星上八轉還向西方閉氣八過轉左足踐天關進右足并通氣

天關星天之上帝主天地機運如四時長卷
天地否泰劫會莫不隸焉星圍九百里亦皆
瑠璃水精中有三華之樹五色之實金翅之
所棲生自然九味芝膏服之一口身生九色
之光得壽九萬年星有一門門有九光芒總
運九天之氣爛照九億萬里中上有九層玉
樓乘龍眞人號曰闓會宮九層玉樓總雲九
元北蓋晨君姓玄樞諱轉光字會元然明天
徒頭建九元寶冠衣九色錦裳手執暉神之
章坐玉樓之中若有玄名九天帝圖玉籙當 ○
○得知北蓋晨君內諱知者則北蓋君下映天
關玄降修行其道飛行太虛昇入一門之內
也修飛步之道當於天關星上左手撫心右
手指地戶閉氣一息叩齒三通咽液三過閉
眼思北蓋晨君姓諱形像留立天關星上便
微呪曰
天元運關地紀轉維九靈交度三五相推四
七幡宿五帝徘徊承玄步虛上躡玉機衣斗
履斗流鈴煥威順我者吉逆我者衰我行天
眞萬里廓開身騰蒼軿魂昇形飛長離劫會

昇入太微畢迴星上一轉還向地戶閉氣一
息轉左足跋轉星進右足并通氣
輔星天尊玉帝之星也曰常常者常陽主飛
仙上總九天領九地五嶽四瀆神仙之官悉
由之焉星圍九百九十里亦皆瑠璃水精中
有青華之樹自有九音之字上有青鳥三足
鳥生自然瑠璃芝瑛食之一口得與玉帝同
眞星有八門交通八氣門有四光芒爛照九
天之上中有紫氣玉樓遊行三命眞人號曰
帝席宮中紫氣玉樓帝尊九晨君姓精常諱 ○
○常無窕字玄解子空正上開延頭建飛精玉
冠衣九色衣手執火鈴坐玉樓之中若有玄
名上清得知帝尊內諱知者則帝尊下映輔
星玄降修行其道飛行太空昇入八門之內
也修飛步之道當於輔星上右手撫心左手
指熒惑星閉氣三息叩齒三通咽液三過閉
眼思帝尊姓諱形像留立輔星上便微呪曰
乾坤交覆三命接靈上步天宿飛行九星左
把隱書右執羽經拜謁帝尊受帝之名得越
華蓋騰翔紫庭今日行道萬慶交并受福巍

幾永享長生身變毛羽飛昇玉清畢迴星上
三過還向南方閉氣三息轉左足逐踐彌星
上進右足并通氣
彌星太帝真星也曰空空者恒空隱也主變
化無方星圍九百九十里赤瑠璃水精中有
三華之樹自生九天玉章上有金口之鳳口
銜火鈴中生自然七曜之暉得食暉一口與
太帝同真星有九門交關九天門有四光芒
斕照八極之外無央之中也中有玉臺紫館
徘徊三陽真人號曰上尊宫中玉樓紫館帝○
○真元晨君姓幽空諱空無先字隱元覺冥陽
暉幽寥元頭建飛天玉冠衣九天龍衣手執
帝章坐紫館之中若有玄名九天得知帝真
内諱知者則能隱形藏身修行其道則飛升
九門之内也修飛步之道當於彌星上右手
撫心左手指北辰星閉氣五息叩齒三通咽
液七過閉眼思帝真元晨君姓諱形像却立
彌星上便微呪曰
道合三微玄虛皐真出常入空遊形天關浮
翔八極駕景紫煙飛步九天變化億千遊戲

北蓋嘯命句陳所求所願靡不如言長齡天
地保年華晨畢迴星上五轉還向北辰星閉
氣七息左轉兩足逐并立陽明星上從陽明
星畢行禹步周迴九星往反九迴止皆不須
復存呪也畢還彌星上平坐偃息華蓋存九
晨覆衣如初法閉眼思巳身在絳雲之内乘
天綱飛空上升九天之門隨綱轉輪九過畢
覺身如落空還坐星圖之上便以手拭目九
過捻兩耳門九過而行周天大呪叩齒九通
仰西北而呪曰
○高上九靈皇上華君總仰天宿迴度三辰變○
化四節五行成仙是日行真普命萬神五嶽
四瀆及諸靈山天地水官悉衛我軒太陽激
電六陰吐雲猛獸驅除萬精四弃毒龍食鬼
平滅邪源誅我者刑干我者煩樂我者壽願
我者仙我帶靈策體佩七元流金火鈴煥落
我身頭戴華蓋足躡景雲口銜天精手握天
關空常變化千合萬分金木水火立成自然
飛行禹步徘徊九門出入三清天地長存畢
又叩齒三通咽氣二七過都止九晨之道畢

於此也行九晨之道當以正月七月四月十
月四孟月同用上旬五九唯一日也平旦二
月八月五月十一月四仲月同用中旬十五
十九正中三月九月六月十二月四季月同
用下旬二十五二十九夜半此一月六日旬
適取其一日一月三過行之一年三十六過
以應天關轉輪九天之氣三百六十度之數
也以其日行道皆九天書名得過陽九百六
之運身免洪波大劫之災九年乃得晨飛綱
而上步乘空紀而超足也

九晨玄岡金簡文曰修飛步九晨之道亦當
依步天綱之日兼而行之益求飛天之速玄
斗晨登也若兼修者當先行九晨而後行步
天綱也此二法呪呪爲異原同一法

步天綱

太微帝君昔授皇清洞真君步天綱飛地紀
據玄斗攀星冠接九真乘飛龍遊三命浮二
生固三寶出六害隱六陰入六紀鎮天英守
延期存元輔躡大弱用流丹身上升文昌晨
轉九道位爲九老行之二十年受書爲上清
真人凡人望七星爲近不知步之甚遠道士
苟知天綱之可步而不知魂魄不追其身非
身之不將魂魄也魂魄畏七星之威不敢追
身而上行也故三魂不攝七魄蕩散徒以空
尸步綱而神不我從實徒勞也子欲步綱登
心虛靜不思家憂不念榮味於是迴行三帀
登星啓祝使魂魄二神俱過靈關豁然發體
奄忽自忘威潔乃步徊如踏空一年辟非二
年辟兵三年辟死四年地仙千害萬邪衆莫
敢干自此以往福慶無端致神使靈驂駕飛
龍太極賜芝玉帝給童行二七年爲上清真
人步法勿拔行千綱也直盡連星之界分曰
綱也犯撗天綱皆伐斷天道大禁也步綱勿
躡真人星大忌犯此二者皆脫巾叩頭謝綱
象以布帛爲之長九尺廣六尺羅列星位於
帛上以青筆爲星丹筆爲綱盛之漆箱每欲
施行燒香出之侍書有玉女七人衛星有玉
童七人婦人步綱用絳帛太微帝君教授步
天綱之經謹案神真上法先燒香於行事之
所閉氣七迴行斗星之外三匝始於陰精匝

於陽明畢乃通氣始得足躡於七星身上步於陽明耳於是向陽明星又閉氣而心祝曰
陽明大魁玄極文昌使某魂魄俱遊天綱祝畢乃左足躡陽明又進右足躡陰精心祝曰
陰精北極太上璇璣使某魂魄俱過神津次左足躡北極心祝曰
北極天光迴通玄辰使某魂魄俱至玄關次右足躡天關進左足前與并乃通息大祝之一閉息不竟綱者可於丹元星上通息更閉微祝曰
○金木水火土五行相推七星煥煥天綱最成輔星鎮威弼星却衰九真太上大極太微三府玉帝三尊辟非天動地轉魂魄相隨使我飛仙真光徘徊名入金房玉門乃開乘龍陟空日月同輝遊行上清鳴鈴翠衣左躡流電右御奔雷地上萬邪伏死敢違恐心視我使爾斬摧帝命玉女營侍以歸魂魄與神合形升飛○

倒行法

止於天關倒向北極微祝曰
太上元辰華蓋紫靈北極玉房藏景化精太微玄臺九真玉城願某飛仙得行雲庭反步天綱魂魄俱生乘龍華宮得道之英左佩玉璫右腰金鈴虎帶龍裙肅攝天兵乘景三素飛登上清祝畢乃閉氣舉左足躡北極右足躡丹元次舉左足躡玄冥前右足與左足併而向真人之星通息微祝曰
太極九精上皇高真出登元靖入隱玄陰育某長某使某好仙玉臺忽開金堂入門乞某佩書絳龍青裙上佐紫微後聖之君乘十飛龍玄蓋景靈列名元圖日月同并○祝畢因又閉氣左足躡弼星進右足躡陰精又進左足躡陽明前右足與左足併乃通息微祝曰
天魁正陽斗運低昂前轉元機後動靈綱制魄以寧拘魂以康魂魄與身俱行天堂向見金闕高上太皇右扶仙母左扶仙公紫翠飛華龍袍虎裳帶真巾玉項生圓光手把神鈴腰佩金鐺口詠洞真七變妙章先自虛無生而為王飛行九道據斗攀綱前從太一後從玄朗告某口訣坐在立亡反行至要位為仙

卿五藏自生與天相迎所願如念所求剋合
萬邪伏害易地隱藏惡我夭伐水滅火喪

反行法

又閉氣右迴斗星之外三匝始於陽明匝於
陽明通息祝曰

高上太眞七耀至尊反行尋生上步天元使
某飛仙得入紫門因又閉氣左足躡陽明右
足躡陰精先前右足躡玄冥左足躡丹元次
右足躡北極左足躡天關右足前與并乃通
息祝曰

七變返旋上行五宿六紀輔我三綱合步玉
帝左睨高上右顧教我乘星騰登玄路乞賜
飛仙不死之祚遊行上清乘華三素金青華
裙出入九舍北皇見揖南真見謝名書仙臺
千變萬化得友聖君太平輔佐所願從心萬
事成就有惡我者刀刑火墓順行倒行反行
三道都畢乃又舉兩足俱上陽明星以右手
撫心左手指玄冥星閉氣三息叩齒三七咽
液三九名曰捧斗徵祝曰

陽明太素玄夜黃房中有大神左拊上皇右
把高眞龍銜翠衣飛錦虎文腰帶玉符首戴
蓮冠出無入虛金眞玉光靈尊巍峩號曰陽
明足躡朱煙口詠洞章賜某隱書見教步綱
周行三復攜斗自忘使某飛仙超虛浮空名
書上清乘玄駕龍意有所之願樂皆從三尊
合德魂魄內通致給神官玉女玉童有惡某
者刑之電風姦謀斷舌裔之十方祝畢存心
中忽然忘身良久而下捧斗之道既畢又兩
足俱上陰精星以左手撫心以右手指真人
星閉氣三息叩齒三通咽液三過名曰捧魁
入太微微祝曰

陰精玄素華闕生門中有玉帝北極至尊鳳
綵華領龍翠碧裙腰虎佩鈴扶芝丹冠號曰
陰精太上之君授某隱書使步七元捧魁上
升逐遊靈關外拘七魄內制三魂魄鍊俗累
魂寶胎神魂魄守身與之俱仙飛行上清還
氣嬰顏所向如心萬欲無難有惡某者形死
三官威攝六天役使群神捧魁之道既畢乃
又兩足俱上弼星併足向真人星四拜畢跪
閉氣四息叩齒四通咽液四過名曰接真跪

微呪曰
太極九精上元明眞正機把衡吐納紫煙金
先玉映威照十天攝御三光調陽和陰理元
賦氣改易故新上治中宿玄關之玄金室玉
戶北披四便出駕八景浮遊太元龍錦鳳衣
虎翠飛裙絳恭綠帔紫羽七絲腰帶神符首
戴扶冠上棲九虛下翔天淵自號玉皇九天
極眞衆某好道授某隱篇躬登羽魁朝拜靈
君乞願丹書爲生之緣治天三五飛行八玄
五藏自生上品飛仙得冀玉帝後聖之臣位○
○高大天乘雲飛輪所願皆合衆邪莫干有惡
我者暴形破門接眞之道既畢乃又兩足俱
上玄冥星以右手撫心以左手指丹元星閉
氣三息叩齒三七通咽液三過名曰步手微
祝曰
洞天神光迴隱玄冥氣盈太虛去來無形隱
天藏地周灌無生忽登天綱上步紫庭北視
雷房南顧電城眩惑萬變非復故形恍惚流
景飄手立成欲求藏身得我姓名虛無傲元
九變玄冥坐起六甲謁署六丁賜某隱書步

斗行星仰見上皇披丹巾青手把靈光腰帶
玉鈴上乞飛仙與天俱生名書太微浮化上
清下乞變化藏景錄形萬事如願所向皆平
有惡我者戮以神兵太極眞經金根上文曰
子登玄冥步斗隱形予欲變化當得我名迴
天動地萬物立成步玄冥時及欲隱時當心
存此名字步手之道既畢乃又兩足俱上丹
元星以左手撫心以右手指北極星閉氣三
息叩齒三通咽液三過名曰躡紀微祝曰
太上九臺丹元玄紀外管北樞內正天理金○
闕映外玉庭羅霣中有至尊號曰赤子治在
丹元絳房之中翠雲繡華龍帔虎裳右執皇
籙左把魁綱足躡景雲首巾紫冠右佩流鈴
左帶玉璫賜某隱書躡紀遊行上乞飛仙乘
玄駕龍書名丹臺太極玉堂所向所求福祿
來迎有惡某者願爲滅亡給侍神官玉女玉
童躡紀之道既畢乃又兩足俱上北極星以
右手撫心以左手指天關星閉氣三息叩齒
三通咽液三過名曰步綱微祝曰
玄上太微北極紫蓋下有太眞遊翔九外翠

華飛裙金鈴青帶腰佩玉光玄雲奉籙賜某
隱書上行七氣登清戲煙真人合會乞丐飛
仙書名丹堂所向如願無災無害有惡我者
令彼傷敗步綱之道既畢乃又兩足俱上天
關星以右手撫心左手指天關閉氣三息叩
齒三通咽液三過名曰乘龍微祝曰
太上七極紫微絕辰寶玄金房外有玉門周
運九宮調和天關中有尊神號曰紫皇授某
隱書擁乃某乘龍上遊九天下飛地元景雲丹
輿玄華翠裳腰佩龍籙頭巾虎文包生萬物
○敕訓飛仙脫某死名天地長存乘龍步斗所○
向受恩有惡我者風刀火煞乘龍之道既畢
乃又兩足俱上輔星閉氣一息叩齒三通咽
液一過名曰遊行三命旋步天英也微祝曰
太極輔星精在紫闕養生育命寶守神魂金
房毒開奉見輔君賜某隱書使某遊旋列名
聖皇飛仙九天巾金佩真出入洞門遊行三
命既畢乃迴行詣弼星兩足俱上閉氣一息
叩齒三通咽液一過名曰徘徊三陽出入三
生微祝曰

太虛泥丸紫宮天尊玄空真紐爲帝之先左
道玉皇在身泥丸馮感敷生氣貫胥元精入
明堂孩胎盃魂朱山再開奉近靈元左棣日
華右擷月根流火萬丈金羅碧裙腰帶天胥
胥戴華冠賜某隱書得行天關乞願飛仙役
使萬神萬向皆會福德如山行事時皆北向
執隱書而爲之也亦可案文視星不必閣誦
而作也春步七星名曰步三綱夏步七星名
曰躡六紀秋步七星名曰行六害冬步七星
○名曰登六絕○

雲笈七籤卷之二十

雲笈七籤卷之二十一

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉勅撰

天地部

總序天

三天正法經曰九天眞王與元始天王俱生始氣之先天光未朗蔚積未澄溟涬無涯混沌太虛浩汗流冥七十餘劫玄景始分九氣存焉一氣相去九萬九千九百九十歲清氣高澄濁氣下布九天眞王元始天王禀自然之孕置於九天之號九氣玄凝日月星辰於是而明便有九眞之帝上之三眞生於極上清微之天次中三眞生於禹餘之天下有三眞生於大赤之天

玉京山經曰玉京山冠於八方諸大羅天列世比地之樞上中央矣山有七寶城城有七寶宮宮有七寶玄臺其山自然生七寶之樹一株乃彌覆一天八樹彌覆八方大羅天矣即太上無極虛皇大道君之所治也

大洞經曰大冥在九天之上蓋謂冥氣極遠絶乎九玄惟讀大洞玉經者可以交接然後玉帝乘丹霄而落道太冥披綠霞而朗煥也

元始經云大羅之境無復眞宰惟大梵之氣包羅諸天太空之上有自然玉霞其色蒼黃號曰黃天黃天之上其色青蒼號曰蒼天蒼天之上其色玄空成青號曰青天故頌曰

三界之上　眇眇大羅　上無色根　雲層峩峩

三界寶籙

諸天靈書經曰飛步入北清者是三界之上四天帝王北眞天也言此四帝上爲三清玉京之巔應化接引中爲三界四八御運五氣帝主下降無象通生天人各爲一天璿璣玉衡三十六帝五斗魁主亦象人腦四象合成故放品經云四天王天在玉清之上九天之巔恒以八節之日命三界四帝周行天下開度道學建齋之人也先師疏云北清天者北斗是也又云北斗之下崑崙上宮故人頭首上象崑崙下愚小解將爲是誤此去棄賢既在崑崙山南望將中斗則爲北清未審中斗已北北方北清別在何處今依度人經說東斗主算西斗記名北斗落死南斗上生中斗

大魁總監衆靈此名一天五斗魁主即明中斗已北而有北斗也今又按靈書正經本大經云天尊言此四章並是四天帝王度命妙品四方正土偏得法音其東方品章經云九氣青天東華宮中青童大君封以青玉寶函之中印以元始九氣之章其南方品章經云南方三氣丹天朱陵上宮南極上元君封以赤玉寶函之中印以太丹三氣之章其西方品章經云西方七氣素天西華宮中西王母封以白玉寶函之中中以太素七氣之章其○北方品章經云北方五氣玄天元始北上宮○中玉晨大君封以玄玉寶函之中印以太玄五氣之章即明東方而稱東華南方而稱南極西方而稱西靈北方而稱北眞上即明北眞而處三界之上最上之天四天帝主下通一天四序生化非是一天五斗之位也今按靈書正經並是三界之上四天帝王正名正位未稱一天五斗名位今乃獨脫北方取中爲上不審更上北眞天也比先所錯上下相參古今疑惑皆從此起又尋先師所錯本意

者言三十二天上下重疊亦爲一天二十八宿即錯將中斗而攝北位獨脫北方比方以中爲上又中爲上亦復是誤言九天初構上下重疊亦爲一天比地九宮言欝單之天上上氣上先立於子而處一宮即明一宮亦爲四梵最上第一天也若將人身以等於天頭爲崑崙目爲日月上下相合其義正是若以身襯身以天下襯天下不及更上頭象三界之上四人四天帝主天也又乃不及更上頭象三清之上玉京之山大羅天地故大洞隱注○經云崑崙山上接九氣以爲璇璣之輪在○太空之中中斗既在崑崙山上即大羅天關亦在玉京山上也生神經云飛仙翼於瓊闕四宰輔於明輪既在三界中斗之上即大羅天關玉京瓊闕亦在玉京山上也又明一天三界應位上下重疊比地既殊取上爲下上下失科四天帝主闕而不述東華南極西靈北眞按界不論何處別立

中西天

三界圖云三十二天四傍並分列四方一重

四天積氣相承扶搖而上其天獨立亦無八方未審此由有何氣候若無八方則無此地九宮若無正中則無中斗上無九氣下無八方三十五分八景何來人身之中尚有三一三元九宮一體即是帝一太一帝君等神豈云三界而無三元三十六帝若三界正中既無三一人身三一從何而來此先學者雖見隱注賓訣經云玄階與扶搖臺在東北方癸地名爲玄天也言天階發起於扶搖臺羊角遶周符登梵行入三清也既觀此經錯將三界四天傍並其扶搖臺既在東北方癸地未審三界總在東北方癸地知不以此並是錯誤注經也今言扶搖者三十六天上下相承中爲天關皆爲中斗璇璣四方二十八宿漸次昇上故言扶搖故云玄階與扶搖臺在東北方玄天也又明上下三十二天皆有七宿旋昇四方亦言四天也今言四天者東方有九氣青天南方有三氣丹天西方有七氣素天北方有五氣玄天四方四天故言四天非是天外更別四天也故度人經云旋斗歷其

迴度五常三十五分總氣上元又明三十六天每一天中皆有七宿三十二帝其太皇黃曾天位居箕宿皆在東初又貫斗天斗宿皆處北末故云旋斗歷箕迴度五常則明三界三十六天皆有中斗璇樞四方二十八宿各爲一天璇璣玉衡此是二十八宿上下扶搖上通三清上下天關非是別天羊角而上故明三元各主八方天有九氣上下九宮合中宮位始名三界也若三界之內三十二天亦列四方四傍並上下天關九宮何在此地九宮亦無次序故明一天三界有異也河圖五錄等經就一天二十八宿四七相並以爲三界二十八天餘有四星上在中斗亦稱三界四七相並傍上列位以爲玄國而安三界二十八天餘上四天上爲四人一處傍並比列位不審一天二十八宿上通三界二十八天上合四人三十二位傍並不同大小有異今言一天比地四天者眞人口訣經云中斗之中五斗位者陽明爲東斗丹元爲南斗陰精爲西斗北極爲北斗天關一星以爲中斗上

及玄冥真人以為一天三十五分上及上元
天帝合為一天三十六位也言上界四人等
位者今按赤書及九天譜等經云三十二天
上下相去各有氣數上及四梵合為三界三
十六帝不同一天四方傍並也
三清圖云將以玄元始三氣以為三境三天
又以生神經九天乃於三天之下各並著三
天又以四方三十六天而取二十七天各於
九天之下各並著三天一單三並以為九天
未審九天各生八方上下應會何所分立故
○大洞經云玄元始三氣各生八方而為二十○
四帝九宮各生八方而為七十二宮即明生
神九天無有一單三並九氣天關上下不應
言三洞生化故立三光三乘各三故立九帝
九氣分化各生三天故為三境三十六天也
若以九天各於三天之下一單三並上下重
疊雅有六重之天天若積陰亦住六重天既
積陽即合九重如何九品二等不同上下九
宮其天何在故赤書經云天有九分之關轉
輪三氣九度明焉故明三元九天九重是也

故道德經云道生一一是元氣一是應化元
始天尊也於此妙一而生三洞故靈寶五符
經云三洞以為天尊三公天也三生九氣九
氣以為天尊九卿天也又此九氣各生三天
故立三九二十七位故此二十七位上為天
尊二十七大夫天也欲此二十七位上合九
天三元各有一十二位合為三洞三十六天
也此言三清降生三界各於八方以下而生
五億五萬五千五百五十五億等此地無極
三界各稟三清皆承此象上下重立是其義○
○也今言傍並者別有一義故洞真迴元九道
飛行羽經云三清天中而有三萬六千天公
卿等品並各有官僚公卿大夫侯伯置署如
一更相管統降生三界遍備天人皆稟此氣
各稟至道妙一之分三公九卿二十七大夫
八十一元士百二十郡千二百縣萬二千鄉
三萬六千亭同稟此氣或單或並以為生神
萬象之主也非是九天傍次分列也三界圖
書相傳為錯者言三清九氣降為三界一天
氣餘九色又雜也言三清九氣各成一天降

爲三界上稟本氣未經說五色共成故靈寶經云上從大寶初降妙一始生於元元生於玄三生萬物莫不相承也又按九天生神及玄門論等經云始生於混沌爲蒼色而成鬱單無量天下生三天上聖三品之位復次混生於洞洞爲赤色而成上上禪善天下生三天中聖三品之位復次洞生於浩浩爲青色而成梵監須延天下生三天下聖三品之位復次元生於昊昊爲綠色而成寂然兜術天下生三天上真三品之位復次昊生於景景爲黃色而成不驕樂天下生三天中真三品。之位復次景生於遯遯爲白色而成洞元化應聲天下生三天下真三品之位復次玄生於融融爲紫色而成靈化梵輔天下生三天上仙三品之位復次融生於炎炎爲緋色而成高虛清明天下生三天中仙三品之位復次炎生於演演爲烏色而成無想無結無愛天下生三天下仙三品之位故此九氣九色光明上爲三境三十六天也三境降氣三界方生各於三清八方已下降生三界五億等

天也故九天譜經云上從梵行太清之天三境九氣降爲三界天各一色上稟氣至未見五色一時混雜也今所錯者亦可知委故諸天內音經云三十二天皆以五合之氣而成空洞結而成章者此是五篇真文生成五方通爲五行合爲五臟混爲二儀四序生化此應五方五合所育也非關九氣混爲五色今以五色合爲靈氣相參並等是其錯也

後四天

舊說四梵名爲四民之天今按九天譜經云三界應化三十二天上從梵行太清天中氣。漸流降始生於混混爲蒼色而生二萬二千氣其色蒼氣澄凝而成賈奕天即明賈奕天是四民最上初天即明四民非是太清四梵四天王天也今言帝王者統領八方始名帝位不審太虛無上常融天太釋玉隆騰勝天龍變梵度天太極平育賈奕等天乃是一天北方五氣玄天光同四方比地各爲小八天也故明三界三十二天上下重疊三元品生亦爲一天分別四方各屬四正四九列位及

其分應上下相臨故東方九氣青天上爲三界東華天也南方三氣丹天上爲三界南極天也西方七氣素天上爲三界西靈天也北方五氣玄天上爲三界北眞天也五符經云昇爲五雲化爲五氣又按靈寶經云五篇經文生天立地普植神靈上爲三境之玄根標天地以長存鎮五氣於靈館制劫運於三關即明五篇經文上爲三清之上四天王位中爲三界四天帝主應爲太清梵行四天而爲○四八三十二帝八天生主下爲一天二十八○宿三十二帝又爲比地各列四方四九列位又爲一天五方淨土故按上清經及玄門論等云三界之上而有八清天名三清降氣下生三界今按八清天內而有太清天名重明太清梵行之天而生四民賈奕龍變太釋常融等四天也故法輪經云超度過三羅八難於是名滅度如肬胞曠朗観八清也朗明四梵而處三清之下四民三界之巔上爲八清之天三界劫周二十八天已上八清四民等八天終無劫壞故名三界八清天也或云三

界之中從此天上自有華光不假日月自然明朗此是誑言妄爲大語各自審明取證即解何者言三清三界凡聖降差有無不同動寂各異慾界六天六慾見生次上色界一十八天在下六天捨欲愛色次中六天漸捨色染又上六天色心隨淨次上無色古四輕塵色塵香味出於細體漸捨心識有待都忘昇虛入無出生滅境也言三清上境妙花難思九色寶光不假日月無有晝夜亦無去來言三界之內假合成身者洞眞經云天有一氣○○則五氣生焉五篇眞文附合生體兩半相合以爲生身以身爲宅心爲主人以神爲本神感應生也故明神託五氣共合爲識又明神合陰陽以爲魂魄若人六識清淨感生六慧六慾煩濁就入六塵故此生身命終之後魂陽歸天魄陰歸地自守魄骨以爲尸主生時罪福並以神當神更託生別感諸氣四生六趣應感俱然上天下地清濁有異應化三界並感陰陽既感陰陽寧無日月若是仙家道品自有仙光不假日月神通明朗三界見著

色欲染塵二景共滋日月皆有並具晝夜三光齊臨二十八宿璇璣不定宿有時轉天有刼期上下數交百六運會今按靈寶九天生神經云日月星宿陰陽五行人民品物並受生成則明三界皆有日月也又按玄妙經云於此界外八方世界皆上有羅天垂重別置日月五星二十八宿亦與南天下兜利同無異也又按玄門論及大洞經云九天真人呼日爲濯耀羅三天真人呼日爲圓光蔚太素天中呼日爲眇景皇上清真人呼日爲九耀○生泰清天中仙人呼日爲太明太極天中呼○日爲圓明王賢天中呼日爲微玄東華真人呼日爲紫耀明亦名圓珠亦謂始暉亦謂太明亦謂日名鬱儀亦謂月名結璘亦生人首上爲眼目故玉京山經云俯仰存太上華景秀丹田左顧提鬱儀右眄攜結璘晉明天人皆有眼目三界日月亦同人目也三界圖云其天中心皆有崑崙山又名須彌山也其山高闊傍障四方日月繞山互爲晝夜日在東方于逮境界日正中時光及南方浮利境界

以爲日出日在南方於正中時耶尼境界以爲日出西方日正中時光及北方鬱單以爲日出日在北方於正中時東方境界以爲日出者今雖四序合宿是同冬夏二至晝夜不等日若繞山四方合併出沒既異則無山隔今以形象難詰或詳日出處即有映體東方日中南即漸明南方初出日既映山其日合如立豎半鏡今泰山上而有日觀遥望日初出在於地中其狀形如横出半鏡以望初出非映山也若其日出之處即是須彌其山不○高不能映日即知日出在地中也故易證云○爻也者効也効也者象也象効於天以爲文象也故日在地下明夷之卦爲日處夜陽降陰昇也日出地上陽昇陰降也故地上有日晉卦是也故在午後日昃之離不鼓缶而歌陰生陽降也言陰陽璇璣晝夜遞與日直繞山燧何律吕日若繞山璇璣須倂四方度量何爲不等言二月八月晝夜各中餘月長短南北互差故月建在子冬至之分日極於南晝短夜長日出於巽日沒於坤從左行而至

於巽歷於夜分西北東方三方天下一十九
位分爲五更皆處於夜晝以巳丙午丁未等
以爲晝日即明夜統西北東方三方天下皆
處於夜唯獨南方以爲晝日即明日月非隔
山也又月建在午夏至之分日極於北夜短
晝長日出於艮日入於乾從艮左行而歷晝
位東南西方一十九位三方天下以爲晝日
唯獨北方亥壬子癸丑等五辰而處於夜重
明日月非隔山也又明夏至之日出沒艮乾
東南西方三方天下一時爲晝冬至之日出
沒巽坤西北東方三方天下一時爲夜日既
繞山四方互明未審此節日映山不又明夏
至之日日出於艮日入於乾其崑崙山合近
於子日既遠山不合更遠何故起難爲日映
山也其崑崙山向北百千萬里則非東方日
正中時南方卯地以爲日出也又明月建在
子冬至之日日出於巽日沒於坤其崑崙山
既是映日即合移就南方在於午分其此土
人不是南方即合住在崑崙山北其山既是
天心不移即明日月非映山也又明一年四

時行焉與日月合宿以定律呂故一月建寅
寅與亥合其神徵明者徵召萬物而明月建
在卯合宿天魁月建在辰合宿從魁月建在
巳合宿傳送月建在午合宿小吉月建在未
合宿勝先月建在申合宿太一月建在酉合
宿天剛月建在戌合宿太衝月建在亥合宿
功曹月建在子合宿大吉月建在丑合宿神
后十二月建合宿行神璇璣玉衡以定四序
四方七宿日夜互更即明一天律呂同則南
方律呂也普天既同四方同天不合山隔也
後宜八景三光同茲五篇眞文二象通應具
在玉京流光品中閑宣經理答中應用也或
有胡人摩尼珠說皆託一物百六數期三清
八景降氣通生西戎即序全無分曉或云言
此天是屬於地住或云雜報世界故近則不
入六慾之天遠則不在三界二十八天之數
次上太皇黃曾天上人者始名慾界最下天
也下愚小解因述使答三界之內三元通生
元各十二共三十六位一天三界上象俱然
四梵八清下通元氣既云地住別號誰天雜

報世界何氣寄立次上璇璣下擗何方下地
雜報上屬何天夫言天者在上顛也在上虛
獲謂之天也在下厚載謂之地也言天上天
下上下咸差一天之中上屬玄樞一天之上
更屬上象此天即是太皇黃曾天中人也言
三界之內五種感生雖同一天善惡兩種所
感雜報命短無上品仙家壽九百萬歲五方
淨土皆定壽年洞室虛宮上下不等誠仙蓍
暫歎柯爛樵人或二日逢仙則經二百餘歲
諸仙人壽具顯後章唯此下地浮穢兩別遠
○明三清上降元氣下生三界法象降成真仙○
聖位各備修科雖居三界仙道原深故消魔
經云三清上境三十六天下備三界三十六
帝其三界劫盡被劫火所燒其三洞仙家不
覺有火也故明雜報世界善惡同天善者福
壽遐年惡者濁辱短促淨穢二土咸備一天
博地下方亦有上道先標前錯一十二條審
而觀詳他義與晓請詳國錄入道機要次後
顯章具明前疑

四梵三界三十二天

太上曰第一慾界六天一曰太皇黃曾天二
曰太明玉完天三曰清明何童天四曰玄胎
平育天五曰元明文舉天六曰七曜摩夷天
右慾界六天有色有慾交接陰陽人民胎
生是故舉其重因名為慾界
第二色界一十八天七曰虛無越衡天八曰
太極濛翳天九曰赤明和陽天十曰玄明恭
華天十一曰曜明宗飄天十二曰竺落皇笳
天十三曰虛明堂曜天十四曰觀明端靜天
十五曰玄明恭慶天十六曰太煥極瑤天十
七曰元載孔昇天十八曰太安皇崖天十九○
曰顯定極風天二十曰始黃孝芒天二十一
曰太黃翁重天二十二曰無思江由天二十
三曰上揲阮樂天二十四曰無極曇誓天
右色界十八天云其界有色無情慾不交
陰陽人民化生但聚香無復便止之患故
曰色界
第三無色界四天二十五曰皓庭霄度天二
十六曰淵通元洞天二十七曰翰寵妙成天
二十八曰秀樂禁上天

右無色界四天云無復色慾其界人微妙無色想乃有形長數百里而人不自覺唯有眞人能見故曰無色界

四梵天元始曰二十九曰常融天三十曰玉隆天三十一曰梵度天三十二曰賈奕天四天之上則爲梵行梵行之上則是上清之天玉京玄都紫微宮也乃太上道君所治眞人所登也自四天之下二十八天分爲三界一天則有一帝王治其中其天人皆是在世受持智慧上品之人從善功所得自然衣食○飛行來去逍遙歡樂但死生之限不斷猶有壽命自有長短下第一天人壽九萬歲以次轉增之

雲笈七籤卷之二十一

雲笈七籤卷之二十二

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理張君房撰

天地部

總說天地五方

外國放品隱元內文經云天地五方皆有制御剛柔之色使不得落其地深二十億萬里得潤澤潤澤下二十億萬里得金粟澤金粟澤下二十億萬里得金剛鐵澤金剛鐵澤下二十億萬里得水澤水澤下八十億萬里得大風澤大風澤下五百二十億萬里乃綱維天地制使不陷如今日月星辰爲風所待也○學者不知地下之境潤色深淺即五帝不過兆身於外國之境也

東方弗于岱九萬里之外極豪林之墟其國音銘呵羅提之國國地形正負土色如碧脂之解無有山阜廣袤九十萬里其國人形長二丈壽四百歲國有六音之銘是高上始氣置於外國胡老之品高上恒吟歌其音以化胡老之人令知外國有不死之教其國人皆行禮而誦其音是得四百歲之壽無有中夭

之命上學之士知外國地色恒吟詠六品之音者則致胡老仙官衛兆之身九年自然得遊呵羅提之國與胡老交言變化飛空遊行東極之境也

南方閻浮利三十萬里之外極洞陽之野其國音則銘伊沙陁之國國地平博無有高下土色如丹廣狭八十一萬里其國人形長二丈四尺壽三百六十歲國有六音之銘是高上置於外國越老之品高上恒吟歌其音以化越老之人令知其國有不死之教其國人皆行禮而誦其音是得三百六十歲之壽無有中夭之命學者知外國地色恒吟詠六品之音者則致越老仙官衛兆之身九年自然得遊伊沙陁之國與越老交言變化朱宫飛行南陽之境也

西方俱耶尼七十萬里之外極浩素之壃其國音則銘尼維羅緑那之國國地形多高壃與天西關相接土色白如玉廣狭六十八萬里其國人形長一丈六尺壽六百歲國有六音之銘是高上置於外國氐老之品高上恒吟歌其音以化氐老之人令知其國有不死之教其國人皆行禮誦詠其音是得六百歲之壽無有中夭之命學者知外國地色恒吟詠修行則致氐老仙官衛兆之身九年自然得遊尼維羅緑那之國與氐老仙官交言能飛行玄虛遊戲浩素之壃也

北方鬱單五十萬里之外國極朔陰之庭其國音則銘旬他羅之國國地長流平演土色黑潤廣狭五十八萬里其國人形長一丈二尺壽三百歲國有大音之銘是高上置於外國羌老之品高上恒吟歌其音以化羌老之人令知其國有不死之教其國人皆行禮而誦詠其音是得三百歲之壽無有中夭之命學者知外國地色恒吟詠修行則致羌老仙官衛兆之身九年自然得遊旬他羅之國與羌老交言飛行玄虛遊宴朔陰之庭也

上方九天之上清陽虛空之内無色無象無形無影空洞之銘元精青沌自然之國以青氣為世界上極無窮四覆諸天則高上玉皇萬聖帝眞受生之根元壽命無量惟刼爲年

其空洞之內亦有六音之銘則元始置於眞皇自然之品高上吟歌其音以延羣仙令知玄空有無量之眞其國玉皇萬聖帝眞皆行禮悉吟詠其音是得無量之壽學者知空洞之色吟詠修行則致三元下降五帝詣房授兆靈音九年則得乘駕浮雲上造玉清太空之中也

中國直下極大風澤去地五百二十億萬里綱維地源制使不落土色如金之精中國音則銘太和寶眞無量之國中嶽崑崙即據其中央諸天之別名上有玄圃七寶珠宮與天交端上眞飛仙之館中國周迴百二十億萬里其國人形長九尺皆學導引之術壽一千二百歲國有六音之銘是高上置於中國之品高上玉皇帝君悉吟詠其音以化中國傖老之人令知其國有不死之教其國人皆修上清之道行禮誦詠是得壽一千二百歲無有損夭之年學者知中國地色吟詠修行則傖老仙官衛兆之身九年自然與傖老交言玄察太空飛行上清

九地三十六音

諸天內銘九地三十六音以元始同存空靈建號結自然之名表於九玄演流外國三十六音如是天地各有三十六分天則有三十六天王以應三十六國地則有三十六土皇以應三十六天天王典眞土皇主仙爲學不知天之內音則天王不領兆名不知地下之音土皇則不識兆跡閉不得仙有見其文受其訣音天王玄鑒七聖刻篇西龜定錄東華書名土皇滅尸落跡九陰保舉上清五靈敬護十界扶迎周流六國平滅群凶五兵摧伏。天魔束形九年乘空飛行上清眞道高妙不得妄宣輕泄寶音七祖充責己身殞亡三塗五苦萬劫不原上眞之士愼科而行

朝禮訣法

諸天王恒以八節及月朔之日遊觀無崖歷戲雲房逍遙玉清流眄十方於明霞之上恒詠諸天內音飛玄之章上慶天眞內權神衿玉響虛朗瓊韻合音當此之日五老浮位九帝臨軒四司鑒試五帝衛靈衆眞齊唱萬仙

禮音三光停暉七元煥明山海靜波諸天肅
清八素散華四皇拂塵靈風揚香綠霞吐津
天元溟滓玉虛含欣朗朗高清之館渺渺太
漠之中洞虛入微周覽無窮有得其道與帝
結朋勤誦其章位準仙王德同諸天壽齊三
光
凡學上仙之道志登玉清奉禮帝尊而不知
三十六天之音飛玄之章則三十六天王不
領兆名徒爲精勤天不降眞四司不敬五帝
不迎天魔侵眞終不成仙欲飛行玄虛遊晏○
○五嶽而不知九地三十六土皇內名則九陰
不落兆尸九地不滅兆跡徒勞幽山望飛反
況欲行此道每至八節月朔日沐浴清齋入
室燒香朝禮諸天北向叩齒三十六通微呪
曰兆臣甲乙志慕神仙八慶之日朝禮天尊
上願騰景乘空落煙飛超玉清洞遊諸天中
願變形致五神昇入月門仰嚥八霧石景水
母玉胞飛根長披朱日與光同存下願四極
授我口言西華侍衛役使金晨攜提五老八
景同軒上慶交合五願開陳得如所願體合

自然眞靈下降賜登上仙畢便六拜仰咽六
氣次西向六拜咽六氣次南向六拜咽六氣
次東向六拜咽六氣次西北六拜咽六氣次
東南六拜咽六氣合六方三十六拜朝三十
六天畢還北向平坐誦三十六天飛玄之章
一過竟又六拜六咽氣都止也此高上朝三
十六天上法行之九年天降雲輿三光詣房
書名玉清刻簡青宮四司右列十界敬迎乘
空飛行上昇玉晨其法高妙不得妄宣輕泄
○寶文七祖充責身役鬼官長閉三徒萬劫不○
原

高上九玄三十六天內音

第一無上元景無色攝單無量天英劫天王
姓混（諱霧霧霄）
第二無形清微天化昇天王姓瑪（諱提阿沙）
第三無精波羅禪天玄黑天王姓雲（諱杳寧）
第四入色水無量德羅天飛宗天王姓王（諱阿句）
第五無極洞清上上禪善無量壽天雲羅天
王姓得（諱靈霧勸）

第六玄微自然上虛禹餘天梵咽天王姓羅
諱彼筆茶
第七玄清上無那首約諦夫玄那天王姓梵
諱摩百波
第八梵行上清氣稽那邊淨天元搆天王姓
寰諱首苛
第九無窮洞虛極上獱延天迴摩天王姓澤
諱雲齊翠
第十玄梵玉虛無精氣羅迦淨月天雲阿天
王姓周諱阿迦叡
○第十一氣玄元建上靈赤天重慕天王姓丹○
諱清淨珧
第十二大梵玄無氣離想行如天世畢天王
姓周諱分耆
第十三無極上靈玉虛玄洞寂然天家王天
王姓津諱霄寰
七
第十四寶梵無色上真氣潘羅玄妙天雲持
天王姓隨諱黎沐音
第十五飛梵行真上玄答設福德天部剎天
王姓王諱惟鉢離

第十六雲梵流精中元近慈際淨天世良天
王姓朱諱梨笏
第十七玄上洞極無崖不驕樂天流芬天王
姓凝諱靄霄霄
第十八大梵玄青元精吞恕近際天元深天
王姓阿諱明秀
第十九行梵紫虛上元首帶快見天洞千天
王姓劉諱且扇
第二十虛梵上清化靈須陀結愛天飛來天
王姓彭諱移那
○第二十一上極無景洞微化應帬天王攜天○
王姓輝諱雷電
第二十二大梵九玄中元氣阿那給道德天
天葵天王姓捷諱尼姤
第二十三行梵元清下靈氣須達天總幾天
王姓周諱雖晉
第二十四極梵洞微九靈氣須帶阿那天九
曲天王姓竺諱明和
第二十五無名至極洞微梵寶天　天王
姓精諱霧雲霄

第二十六微梵玄天氣滯扇給道德天
天王姓洛諱須阿摩
第二十七虛梵天氣蟬然識慧天　天王
姓云諱元陁
第二十八空梵中天籟元伊檀天　天王
姓朱諱仲生
第二十九太極無崖紫虛洞幽梵迦摩夷天
世羅天王姓云諱靈武
第三十綠梵自然識慧入天雲九天王姓迦
諱釋文羅
第三十一玄梵大行無量無所念慧天宗提
天王姓伊諱檀阿
第三十二天雲梵上行維先阿檀天正群天
王姓仲諱雲勲勃
第三十三無色玄清洞微波梨答怨天
天王姓王諱靈霸
第三十四洞微玄上梵氣阿竭舍那天
天王姓桓諱璽世宗
第三十五玄上綠梵滅然天　天王姓宋
諱陁雲彌

第三十六極色上行梵泥維先若那天
天王姓奏諱貞琳
三十六天內名生於空洞元氣之先文華表
見題於崑崙之山高上音其玉文上相集其
妙篇稟受太空自然之章上標玄圖中統六
國三十六音下總九地三十六土皇靈篇洞
暢玉慧虛解皆天王之遊歌空玄之寶章六
六攝合四四齊眞九帝分號三十六天萬氣
總隸普領群仙上極無崖無色下極洞源洞
淵諸爲上眞飛仙不稟玉音則不得遊觀無
崖之天有得其文天王書名刻字紫札結録
玉晨三十六年尅得上登無色之天下洞九
地之源上妙之道不傳下仙輕泄寶音七祖
充責身負刀山三徒五苦萬劫不原

洞淵九地三十六音內銘

第一壘色潤地正音土皇姓秦諱孝景林
第一壘色潤地行音土皇姓黃諱昌上文
第一壘色潤地遊音土皇姓青諱玄文基
第一壘色潤地梵音土皇姓蜚諱忠陣星
第二壘剛色地正音土皇姓戊諱坤文光

第二壘剛色地行音土皇姓贊諱黃母生
第二壘剛色地遊音土皇姓玄諱乾儀維
第二壘剛色地梵音土皇姓長諱皇萌
第三壘石脂色澤地正音土皇姓張諱華神保
第三壘石脂色澤地行音土皇姓周諱伯上仁
第三壘石脂色澤地遊音土皇姓朱諱明章子
第三壘石脂色澤地梵音土皇姓庚諱文敬士
第四壘潤澤地正音土皇姓賈諱寰子高
第四壘潤澤地行音土皇姓謝諱伯元元
第四壘潤澤地遊音土皇姓巳諱文泰陣
第四壘潤澤地梵音土皇姓行諱機正方
第五壘金粟澤地正音土皇姓華諱延期明
第五壘金粟澤地行音土皇姓黃諱齡成容
第五壘金粟澤地遊音土皇姓雲諱擇元淵
第五壘金粟澤地梵音土皇姓蔣諱道八光
第六壘金剛鐵澤地正音土皇姓李諱上少君
第六壘金剛鐵澤地行音土皇姓范諱來力賓
第六壘金剛鐵澤地遊音土皇姓長諱李季元
第六壘金剛鐵澤地梵音土皇姓王諱和女容
第七壘水制澤地正音土皇姓唐諱初生耿

第七壘水制澤地行音土皇姓吳諱正法圓
第七壘水制澤地遊音土皇姓漢諱高文嶽
第七壘水制澤地梵音土皇姓京諱仲龍首
第八壘大風澤地正音土皇姓葛諱玄昇先
第八壘大風澤地行音土皇姓華諱茂雲長
第八壘大風澤地遊音土皇姓羊諱眞洞玄
第八壘大風澤地梵音土皇姓周諱尚氣原
第九壘洞淵無色剛維地氣正音土皇姓極諱元上玄
第九壘洞淵無色剛維地氣行音土皇姓昇諱盛元語
第九壘洞淵無色剛維地氣遊音土皇姓趙諱上伯玄
第九壘洞淵無色剛維地氣梵音土皇姓晁諱勤元伯

右九壘之地極下洞淵洞源綱維天地制使不落上則去第一壘五百二十億萬里下則無窮無境無邊無際皆綱維之氣如是第九壘土皇以三月一日六月二日九月三日十二月四日一年四過來五色雲

與九色飛龍執中元命神之章從偧老仙
官耀天羽騎萬二千人上詣波梨答惒天
奏九地學道得仙人名言於四天之主
凡學上法當以其日日入時入室向太歲黃
書白紙上四土皇內音服之叩齒十二通仰
存四土皇姓諱悉著玄黃五色之衣頭戴九
元通天寶冠足著五色師子交交之履執文
身保命之符乘黃霞飛輿從五帝玉女三十
六人飛行上昇波梨答惒天使呪曰
二象廻周九精洞靈皇老應符騰虛入清四
通八達飛霞紫瓊上登金華奉對帝靈記仙
元錄青宮刻名得道白簡封字七靈九壘滅
尸東井鍊形三九降眞我道已明得乘飛景
上登玉庭畢心拜九拜咽氣十二通止行之
三十六年得乘黃霞飛軿上昇波梨答惒之
天九地九壘直下九重合三十六音三十六
土皇上應三十六天中應三十六國如是土
皇皆位齊玉皇之號但分氣各治上下之別
名耳土皇三十六年轉號上清之宮襲三十
六天之王玉司之官於九壘之下皆舉學道

得仙之名上奏九天天王為學不知九壘地
音三十六土皇內諱九地不滅兆跡九天丞
相不受兆名五嶽不降雲輿五帝不衛兆身
徒明外國之音故不得臣會而昇也故天地
人各稟三三之氣三合成眞然後得仙也
凡知九地之音三十六土皇內諱則九氣丈
人恒以四方五色靈官防衛兆身出入遊行
登陟五嶽則仙官侍送滅魔威試降致神眞
九年飛空坐在立亡三十六年上昇太清居
世得有此文七玄九祖則為九氣命靈土皇
司官奉衛形骸撫慰靈魂高里父老丘丞相
拔皆為驅除無復拘閉謫役之患居則在地
保安無凶十二守將營扞八門通眞致神欲
富則富欲官則官欲仙則仙欲神則神此道
秘妙非可言宣上相青童稟受高上口訣實
為妄泄靈文七祖充役萬劫不原

登山住止安居審地吉凶法

若欲登山住止及安居宅審地吉凶當以戊
已之日黃書九地三十六音文白紙上置所
居中央以盆覆之三宿開看若有黃色潤紙

大吉若有青色則下有死雲之尸若有白色
則凶若有赤色者則驚恐若有黑色者則主
財寶若有紫色者得神仙都不爾則止可三
年安過此必折傷

東方呵羅提國

第一品銘　正音无炁
第二品銘　正音陂泥
第三品銘　正音久難
第四品銘　正音吉羊
第五品銘　正音无忌
第六品銘　正音雲芝

東方去中國九十萬里外名爲呵羅提之國
一名日生國國外有扶桑在碧海之中地一
面方萬里上有太帝宮太眞王之别治其上
生林如桑皆數千丈大者三千圍兩兩同根
而生有實赤如桑椹仙人所啖食體作金光
色其實皆九千歲一生又有生洲在扶桑外
西接蓬萊地面方二千五百里去岸二十三
萬里上有仙家數萬人地無寒暑時節溫和
多生神仙芝草食之飛空而行扶桑東又有
祖洲在東海之中地方五百里去岸七萬里
上有不死芝草形狀似菰苗長三四尺一名
養神芝其葉似菰生不叢株食之飛行上清
已死之人覆之則生神奇妙藥入其國宜知
其名存胡老仙官採之於祖洲思其色而服
之三年面有流光延壽萬年久久自然有仙
人齎此神物降送於身也

南方伊沙陁國

第一品銘　正音丑華
第二品銘　正音玉家
第三品銘　正音揑度
第四品銘　正音耀範
第五品銘　正音武都
第六品銘　正音飛滿

南方去中國八萬一千里外名閻浮黎之外
極洞陽之野國名伊沙陁之國一名大庭天
竺之國國外有長洲一名青丘在南海辰巳
地方五千里去四方之岸二十萬里則生天
樹長三千丈大者二千圍甚多靈藥甘液玉
英無所不有其上有民人皆壽三百六十歲

又有靈狐之獸大者如犬色如金叫聲響四千里威制虎豹萬禽得衣其毛壽同天地青丘左則有鳳山山恒震聲上有紫府宮天真神仙玉女所遊觀又有炎洲在南海中央地方二千里去岸九萬里上有風生獸似豹青色大如貍積火逋天燒之經月不死毛亦不然斫刺不入以鐵鎚交鍛其頭數千下乃死張口向風須臾復活以石上菖蒲塞其鼻即死取其腦和菊花服之壽同天地又有火林山山中有大光獸大如鼠毛長三四寸或赤或白於是夜半望山上林木及此獸光照如。然大取其獸毛作布名之火浣布小汙以火燒之即鮮白則伊沙陁國人所衣得此毛仙人降形學者存其國之音思越老仙官三十六年神人當以此獸及本國神奇之物獻送於兆也

西方尼維羅綠那國

第一品銘　音曰華蓮

第二品銘　音曰高軒

第三品銘　音曰明身

第四品銘　音曰土鍾

第五品銘　音曰星震

第六品銘　音曰朱天

西方去中國六萬里外名俱耶尼之外極皓素之壟寒穴之野則尼維羅綠那之國一名雲胡月支國國人壽六百歲國外則有流洲在西海之南地方三千里去東岸十九萬里其上有仙家數萬上有山生昆吾之石治石成鐵作劍光明照洞如水精割玉如土鳳麟洲在海中央地方一千五百里四面有弱水鴻毛所不浮上有仙家數千鳳麟爲群上有吉光之獸如貍能作胡語聲如梵音與其國人通言獸毛生光爽爽悉仙人所衣得衣其毛壽同天地學者存其國音氏老仙官三十六年當獻送昆吾之劍吉光之獸於兆也

北方旬他羅國

第一品銘　音曰玄家

第二品銘　音曰丈多

第三品銘　音曰山盧

第四品銘　音曰武都

第五品銘　音曰盈家
第六品銘　音曰玄序
北方去中國五萬里外名鬱單極朔陰鈞陳
之庭國名旬他羅之國一名天鏡之國國人
壽三百歲國外則有玄洲方七千二百里四
面是海去岸三十六萬里上有太玄都仙伯
真公所治有鸑鷟之鳥如浮氣多丘山名為
風山與天西北門連界金堂玉室宮府生金
玉紫芝是三天所治其外則有元洲地方三
千里去南岸十萬里上生五芝玄澗澗水如
蜜飲之與天地同年中有三萬仙家悉飲此
水得仙不死學者存其國音見老仙官三十
六年降獻玄澗五芝水也

上方元精青沌自然國

第一品銘　正音重權
第二品銘　正音玉金
第三品銘　正音三林
第四品銘　正音正精
第五品銘　正音吸鈴
第六品銘　正音綠嬰

上方九天之上清陽挾空之內無色無象無
形無影空洞之銘元精青沌自然之國一名
洞淏清衍之國以青氣為世界上極無窮四
羅諸天惟有玉虛紫館結空洞之煙而虛玄
青沌之內也為學存高上之音則天人授子
飛仙之方

中央太和寶真無量國

第一品銘　正音山崖
第二品銘　正音世家
第三品銘　正音嵯峨
第四品銘　正音盈華
第五品銘　正音羅龍
第六品銘　正音羅邪
中國四周百二十億萬里下極大風澤五百
二十億萬里崑崙處其中央弱水周帀繞山
山高平地三萬六千里上三角面方長萬里
形似偃盆中央小挾上廣其一角正北千辰
星之精名曰閬風臺一角正西名曰玄圃臺
其一角正東名曰崑崙宮一處有積金為天
墉城面方千里城上安金臺五所玉樓十二

其北戶山承淵山並其支輔又有墉城金臺玉樓相似如一流精之闕光碧之堂瓊華之室紫翠丹房景雲燭日朱霞九光西王母之所治上通璇璣元氣流布五常玉衡晉引九天之渙爟萬仙之宗根天地之紐萬度之柄矣上生金銀之樹瓊柯丹實之林垂蘇瑚以爲枝結玉精以爲實其樹悉刻題三十六國音諸天玉文上棲紫鸞鳳鸞白雀朱鶵鶤雞靈鵠赤烏青鵲下則飛禽遊獸與崑崙同生初無死耗但玄文寶經隱書古字有千二百○億萬言在玄圃之上積石之陰仙人有九萬人皆停撤於靈山學者恒誦諸天內音外國三十六音地下九壘之音九年仙人自當降遐靈山之神奇三十六年得乘五色雲輿上登崑崙之山也

雲笈七籤卷之二十二

雲笈七籤卷之二十三

[illegible]

日月星辰部

總叙日月

黃氣陽精三道順行經曰日陽之精德之長也縱廣二千三十里金物水精暈於內流光照於外其中有城郭人民七寶浴池池生青黃赤白蓮花人長二丈四尺衣朱衣之服其花同裹同盛日行有五風故制御日月星宿遊行皆風梵其鋼金門之上日之通門也金○門之內有金精冶鍊之池在西關左之分故立春之節日更鍊魄於金門之內耀其光於金門之外四十五日乃止順行之洞陽宮洞陽宮日之上館也立夏之日止於洞陽宮吐金冶之精以曜於東井之中沐浴於晨暉收八素之氣歸廣寒之宮也月暉之圓縱廣二千九百里白銀瑠璃水精映其內城郭人民與日宮同有七寶浴池八騫之林生乎內人長一丈六尺衣青色之衣常以一日至十六日採白銀瑠璃鍊於炎光之冶故月度盈則

光明比十七日至二十九日於霧林樹下採三氣之華拂日月之光也秋分之日月宿東井之地上廣靈之堂乃沐浴於東井之池以鍊日魂明八朗之芒受陽精日暉吐黃氣於玉池諸天人悉採王樹之華以拂日月之光月以黃氣灌天人之容故秋分是天人會月之日也

老子歷藏中經云日月者天地之司徒司空也日姓張名表字長史月姓文名申字子光太丹隱書云紫微夫人姓王諱清娥字愈音云是西王母第二十四女紫微宮在北溟外羽明野玄壟山山在崑崙之東北紫微記阿母言曰欲存日月氣者當知日月景象日圓形而方景月方精而圓象景藏形內精隱象中景赤象黃是爲日月之魂若知其道乃可以吐納流霞耳

三奔錄

三奔之道當按奔辰之神經經中節度曉夕修行不得傳及非人如息慢不尊輕泄漏慢之者身受考責一如經戒

奔日

日中赤氣上皇眞君諱將車梁字高騫英比位號尊秘經雖無存修之法而云知者不死當宜行事之始心存以知不得輙呼月法亦然

奔月

月中黃氣上黃神母諱曜道支字玉薈條其奔月齋靜存思具如日法

奔辰

木春王火夏王金秋王水冬王皆依曆以四立日前夜半爲王之始各七十二日至分至日前各王十八日分至日之前夜夜半爲王之始有星時可出庭中坐立適意有五星中相見者次當修服之時而出庭中坐勝於立可於庭壇向星敷席施按燒香禮拜訖正坐而爲之若無星之時天陰之夕可於寢室中存修之也星行不必在方面亦隨所在向而修行謂五星所在而向之不必依星本方之面猶如木或在西也一夕服五星常令周遍隨王月以王星爲先若靜齋道士亦可通於

室中存五星之真文方面而並修之不閑筭術不知星之所在又久靜長齋者可常於室中依五星本位之方面而存修之也

太上玉晨鬱儀結璘奔日月圖

太上隱書中篇曰子欲為真當存日君駕龍驂鳳乘天景雲東遊希林遂入帝門精思乃得要道不煩名上清靈列位真官乃執鬱儀文太上隱書中篇又曰子欲昇天當存月夫人駕十飛龍乘我流鈴西到六嶺遂入帝堂精思乃見上朝天皇乃執結璘章

太上玉晨鬱儀奔日赤景玉文結璘奔月黃景玉章

右奔日月隱道太上上清太極九皇四真人所寶祕玄靈元君之玉章也自非有金簡玉名及錄字東華皆不關見此二章之篇目矣行之者先清齋百日絕交人事乃可為之也久久行之上奔日月得給玉童玉女各五十人太上鬱儀赤文結璘黃章乃太上玉帝君之靈祕篇也藏之於九天之房丹瑤之臺非勤心好真宿有飛玄天仙之骨錄者莫得而見聞也聞其篇目皆不可妄言稱及犯者受考三官天地不赦初令三百年得宣傳一人却後七百年乃復得一人若神真宣告有宜授者得之也傳授之法皆師友相受以宗玄科也授非其人不遵法度為泄宣天文也漏慢違誓死為下鬼乃七祖受考風刀之罪自非同氣宿命開口西玄山洞臺中有此二經刻以玉簡書以金字及玉屋清虛天皆有而不備具唯太玄宮高上臺及蓬萊府北室金柱玉壁刻文並備具也中宮仙人秦清諸官並不知此書是何事也

峩嵋山北洞中石室戶樞刻石書字鬱儀引日精結璘致月神得道處上宮位稱大夫真一云帝君真凡二十字下仙見之甚自不解其意義是何等事也如此仙人自有不見其篇目錄者多矣其金液九丹蓋小術也皆不得飛行上清欲行此道不必賢愚但地上無此文耳真官玄法啓誓乃傳有得而行位為上真乃乘八景瓊輪遊行九晨詣太素宮見太一帝君俱朝元晨故祕言曰子得

鬱儀結璘乃成上清之真不修此道不得見
三元君
太上鬱儀日中五帝諱字服色
日中青帝諱圓常無字昭龍韜衣青玉錦帔
蒼華飛羽帬建翠芙蓉晨冠
日中赤帝諱丹虛峙字綠虹映衣絳玉錦帔
丹華飛羽帬建丹符靈明冠
日中白帝諱浩鬱將字迴金霞衣素玉錦帔
白羽飛華帬建浩靈芙華冠
○日中黑帝諱澄增停字玄綠炎衣玄玉錦帔○
黑羽飛華帬建玄山芙蓉冠
日中黃帝諱壽逸阜字飈暉像衣黃玉錦帔
黃羽飛華帬建芙靈紫冠
右日中五帝君諱字服色欲行奔日之道
當祝識名字存五帝服色在我之左右前
後
月中夫人魂精內神名曖蕭臺摽
右月魂配五帝次又存祝之能知月魂名
終身無災萬害不傷太上藏日月帝君夫
人諱字於太素宮有知之者神仙

太上結璘月中五帝夫人諱字服色
月中青帝夫人諱隱娥珠字芬豔嬰衣青華
瓊錦帔翠龍鳳文飛羽帬
月中赤帝夫人諱逸寥無字婉延靈衣丹蕊
玉錦帔朱華鳳落飛羽帬
月中白帝夫人諱靈素蘭字鬱連華衣白珠
四出龍錦帔素羽鸞章飛華帬
月中黑帝夫人諱結連翹字淳厲金衣玄琅
九道雲錦帔黑羽龍文飛華帬
月中黃帝夫人諱清營襟字炅定容衣黃雲○
山文錦帔綠羽鳳華繡帬
已上五夫人頭並頹雲三角髻髮垂之至
腰
右月中五帝夫人諱字服色欲行奔月之
道當祝識名字存夫人服色在己之左右
前後
日中五帝魂精內神名珠景赤童
右日魂月魄五帝五夫人次又存祝之能
知日魂名終身無疾萬災不犯太上藏日
月魂名於紫靈玉宮有知之者通神使靈

存奔日月道者任意所便行爾不必盡為之也欲得靜室隱止唯令日月之暉處也若不絕人事與外物相干者不得行此道也夜半常燒香存五帝五夫人名字心祝曰

願與帝君太一五神合景如一於是二十四年亦白日昇天亦不必行奔存之道也常存在我之左右昇心祝竊誦勿令耳聞

太素真人受太帝君日月訣法

太素真人曰子存日精五帝君口含太上鬱儀文須此道成乃見日中君無此徒勞自煩寃

太素真人曰子存月精五夫人口含太上結璘章須此道成乃見月中夫人無此徒勞自悼傷

右二條太素真人受太帝君訣言太上隱書云存時執之帝君云合之太素真人教裴君存時合一文執一文並行之也

太素真人傳清靈真人裴君二事太上鬱儀結璘之章以致日月之精神上奔日月通天光飛太空之道也皆乘雲車羽蓋駕命群龍而上昇皇天紫庭也內視中方曰子欲步空當存日月王欲登清靈當存五星處室密行不出守庭此之謂也素奏丹符曰大哉鬱儀妙乎結璘非上真不見非上仙不聞以日月五精之神乘龍步空足躡景雲逸與五帝上入天門有人聞之慎勿妄言去世可出誓金乃傳要傳弟子有心之人勿道篇目玉童上言泄則被考身終不仙玉女玉童去而弗還書文必失殃刑三官子其慎言言為罪源

大方諸宮服日月芒法

常存心中有日象大如錢在心中赤色又存日有九芒從心中出喉至齒間而芒迴還胃中如此良久臨目存自見心胃中分明乃吐氣漱液服液三十九過止一日三為之行之十八年得道行日中無影恒存日在心中月在泥丸宮夜服月華如服日法存月十芒白色從腦中下入喉芒亦未出齒而迴入胃

太上玄真訣服日月法

東卿司命君曰先師王君昔見授太上明堂玄真上經清齋休糧存日月在口中晝存日

夜存月令大如錄日赤色有紫光九芒月黄色有白光十芒存咽服光芒之液常密行之無數若不修存時令日月還住面明堂中日居左月居右令二景與目瞳氣合通也此道以攝運生精理魂神六丁奉侍天兵衛護此上眞道也大都口訣正如此

服日子三五七九玄根氣法

食玄根之氣法使人體中清朗神明八聰身有日映面有玉澤服生明光齒含紫氣堅腸華藏長生久視服吸朝液懸粮絶粒道要於金液事妙於水玉所謂吐納自然之太和御九精之靈氣者也夫道之爲用貴自然也德之爲静尊恬愉也攝自然以表眞抱沖漠以不邪者則横犯不生非害自滅此乃三五七九之氣可謂要道之旨也

兆卧未起之時存口中有一白氣大如鷄子黄鷄黄之外又有五色氣五色氣宛轉自生結溢黄外須臾乃滿心口中名曰三五七九日子玄根之氣也又存心胃口之中有一女人如嬰兒之形無衣服也正立胃管門口號曰九天玄女承注魂液仰嚼口中雞子黄之五色氣也常漱滿口中内外上下以舌廻吸日氣五色津液滿口吞之存使津液下入玄女之口如此三過畢又叩齒三通微祝曰

玉清高上九天九靈治在玄府下入胃清金和玉映先自虚生名曰淳錄字曰鹽精鍊魂抱魄心開神明服食日子金華充盈良久都畢以手拭兩目二七又以兩手相拭極力摩面眉目之間髮膚之際小熱使熏熏然也此太上服三五七九日子玄根之道也

服日月氣法

服日氣之法以平旦採日華以夜半存之去面前九寸令方景照我泥丸下及五藏洞徹一形引氣入口充色𩈒明良久乃畢則常得長生矣

又法

夜半生氣時若雞鳴時正卧閉目存左目中出日右目中出月並徑九寸在兩耳之上兩耳之上名爲六合高牕也令日月使照一身内徹泥丸下照五藏腸胃之中皆覺見了了

洞徹內外令一身與日月光合良久畢叩齒九通咽液九過乃微祝曰

太上玄一九皇吐精三五七變洞觀幽冥日月垂光下徹神庭使照六合太一黃寧帝君命簡金書不傾五老奉符天地同誠使我不死以致真靈却遏萬邪禍害滅平上朝天皇還老反嬰太帝有制百神敬聽畢乃開目名為日月鍊根三元校魂以制御形神辟諸鬼氣之來侵使兆長生不死多存之矣

又法

又存左目為日右目為月共合神庭之中却上入於明堂化生黃英之體下流口中九咽之以哺太一常以生氣時存之畢微祝曰

日月上精黃水月華太一來飲神光高羅使我長生天地同柯畢五日一行之口中舌上為神庭存日月既畢因動舌覺有黃氣如紫金色從舌上出上流却入明堂為黃英之體也存思之時常閉目施念

太一遊日服日月法

太一常以甲午丙午戊午日日出時下遊絳宮合形真人及兆身絳宮真人者處心中之丹田中元真人居其心中也先存思真人忽然與太一合形又存我入絳宮中忽然復與太一合形於是絳宮之中惟覺有太一之身身形象服如兆體也但令形細眇然似初生孩子之狀又存兩鼻孔下左有日右有月日中有黃精赤氣月中有赤精黃氣精者二明之質色氣者日月之烟也二氣鬱鬱來入絳宮絳宮溢滿二氣復上入洞房中洞房中鬱滿又下至黃庭中黃庭中者臍下三寸下丹田宮中也二氣既滿又入填溢太倉中二氣洞徹鬱鬱積胃管中存太一上行正當胃管中南向呼召下元丹田黃庭真人衣黃衣巾黃巾與太一共坐飲食精氣二十七咽良久畢存黃庭真人呪曰

日月之華黃赤二精圓光合氣上發大明三元飲食太一受靈又存太一與中元真人還入絳宮黃庭真人還下丹田太一與我合形還六合宮

求月中丹光夫人法

求仙之道當以夏至之日夜半入室南向瞑坐任意閉眼內思月中丹光夫人姓諱形長八寸分頭作頹雲之髻著丹錦帬口銜月光入兆身心絳宮之中須臾月光散爲黄氣币絳一形夫人在月中央採空青之林散拂黄氣之中口吐陽精赤氣以灌兆形從向币外黄赤二氣更相纏繞洞映一身夫人以紫書丹字六音授於兆身便引黄氣二十四咽引陽精十二咽止即叩齒二十四通仰呪曰

流火爲頊洞陽之精陽安之館 三華玉城金○仙內映八素四明九曜降氣上仙高靈夫人○焚香散玉華清丹書紫字結音空清淵池玉瀾流漉八溟朱光流翳普天鮮榮迴晨曲曜映監我形形與朱日同死同生乘空駕虛參御飛騈玉女鄰位金童輔靈琴羽輕蓋上造帝庭畢咽氣二十四過咽液十二過止便服紫書丹字行此道八年夫人授兆丹書具文月中玉璫令飛昇上造洞陽之宮

服日月六氣法

夫氣者神明之器清濁之宗處玄則天清在人則身存夫死生虧盈蓋順乎攝御之間也欲服六氣常以向曉寅丑之際因以天時告方面之時也太霞部暉丹陽誕光靈景啓晨朱精吞時之始也先存日如雞子在泥丸中畢乃吐出一氣存氣爲黑色名之尸氣次吐二氣爲白色名之故氣次吐三氣存氣爲蒼色名之死氣思其氣吐亦良久也凡出三色合吐六氣也畢又徐徐引納黄氣四過畢瞰咽液三過爲之三畢乃存泥丸中日從目中出當口前令相去九寸臨目髣髴如見之覆止乃起坐動搖四體俯仰伸引令關脈調轉○存咽津住夜即存月在泥丸中如存日法若存月當以月一日夜至十五日住從十六日至三十日是月氣衰損天胎虧縮不可以夜存也此法至妙能行者仙

金仙內法

金仙內法感降靈舉常以月五日夜半子時存日烏從兆口入住在心中使光照一心一心之內與日同光共相合會赫赫烱烱當覺心暖霞暉映暖良久有驗乃密呪曰

太明育精內鍊丹心光暉體合神真來壽華
咽液九過叩齒九通止到十五日二十五日
二十九日復作如前一月之中四度如上便
人開明聰察百關解通萬神洞徹面有玉光
體有金澤行之十五年太一遣寶車來迎上
登太霄遊宴紫極行之務數不必一月四辰
也

存思日月法

凡入山思日在面前月在腦後凡暮卧思日
在面上月在足後赤氣在內白氣在外凡欲
從人各思日月覆身而往當無所畏

向日取嚏法

欲得延年洗面精心至日更洗漱也日出二
大正面向日口吐死氣服日復使爲之死氣
四時吐之也鼻翕日精須鼻得嚏便止是爲
氣通若不得嚏以軟物通導之使必得嚏也
以補精復胎長生之方也向日正心欲得使
心正常以日出三丈取嚏訖仍爲之錯手著
兩肩上左手在上以日當心開衣出心令正
當之常能行之佳

雙景翼形隱道

鷄鳴時東方天色纔變之時坐卧任意閉目
握固存日月之象在六合之府日左月右六
合府在兩目之上角即眉後空處是也入皮
一分仍辟方九分日色赤九紫芒月色黃十
白芒也存使光明洞形令端歸在位存令日
月合照光芒交映而洞徹身面也閉目極念
無得遺脫畢叩齒七通咽液九過而微祝曰
太明靈神化度營青招實藏暉灌鍊五形宮
駕六合七神調平使我衆仙登行上清行之
十五年玉皇遣三素雲迎兆也

食竹筍鴻脯附

服日月之精華者欲得常食竹筍者日華之
胎也一名大明又欲常食鴻脯者月胎之羽
鳥也一名月鷰欲服日月當食此物氣感運
之太虛真人曰鴻者羽族之總名也其鵠鴈
鵝鶴皆曰鴻鷰也古詩曰
鴻鷰十年鳥　爲有致天真　五帝銜月華
列坐空中賓此古之漁父詩也

雲笈七籤卷之二十三

雲笈七籤卷之二十四

[illegible]

日月星辰部

總說星

玄門寶海經曰陽精爲日陰精爲月分日月之精爲星辰綱者運星也紀者綴星也星形正圓如丸不應似貫珠穿度又不容作鈴鼻相綴理宜如破箭竿速相合以成體天地初成無子羣翅飛上乃在華蓋之下左有北辰右有北斗星辰精備東西南北精正星辰共。以真道要養萬二千物下及六畜禽獸土草木。皆被服其祕道要德而生長焉

北辰星者衆神之本也凡星各有主掌皆繫於北辰北辰者北極不動之星也其神正坐玄丹宮名太一君也極之爲言者界也是五方界俱集於中央是最尊居中也中極一名爲天中上極星也是最居天之中東方少陽名爲東極星西方少陰名爲西極星南方太陽名爲南極星中央名爲中和上極星故最高最尊爲衆星之主也北極星天之太常

其神主昇進上總九天中統五嶽下領學者
北極星園七百七十里中有玄臺玉樓真人
號飛華君姓羽靈諱昌元著飛精華冠衣紫
錦裳執玉策太極君名北辰主帝制御萬神
中央星是北極神人坐綠煙之光北斗星者
太極之紫蓋玄真之靈床九皇之神帝天尊
之偃房第一太星精名玄樞神曰陽明第二
元星名曰北台神曰陰精第三真星名曰九
極上真神又曰真人第四紐星名曰璇根神
曰玄冥第五綱星名曰太平神曰丹元第六
紀星名曰命機神曰北極第七關星名曰玄
陽神曰天關第八帝星名曰高上皇神曰八
景虛元君第九尊星號太微玉帝君神曰太
素七晨元君斗有魂魄之星迴旋在斗外裏
纏於斗斗在內也陽明陰精二星之間星斗
魂魄魁首也名曰天樞魂神斗次第二星名
曰天璇魂神斗次行第三星名曰天機魄精
斗次行第四星名曰天權魄精斗次行第五
星名曰玉衡魄靈斗次行第六星名曰闓陽
魄靈斗次行第七星名曰搖光大明七星去

地四十萬里園七百二十里皆金精瑠璃為
其郭七曜紫暉開其光號為帝車運于中央
臨制四方分調陰陽四時五行皆稟之為
北斗君字君時一字充北斗神君本江夏人
姓伯名大萬挾萬二千石左右神人姓雷名
機字太陰主天下諸仙人又招搖與玉衡為
輪北斗之星精曜九道光映十天
北斗九星七見二隱其第八第九是帝皇太
尊精神也漢相國霍光家有典衣奴子名還
車忽見二星在斗中光明非常乃拜而還遂
得增年六百內輔一星在北斗第三星不可
得見見之長生成神聖也外輔一星在北斗
第六星下相去一寸許若驚恐厭魅起視之
吉
黃帝曰以雞鳴時想北斗七星而天神下不
死藥益壽不老又以丁亥之日仰存七星使
煥明於北方良久陰祝曰
召書上清役使萬神上登玉庭駕景乘空與
天相傾
又每立春日東向存北斗來下却蓋頭柄指

於前吉南斗神君字流時南斗字君元南斗
君是河東人姓趙名敖先字君遷南斗君生
左右神人姓戴名道字叔生大道君子也
東斗主筭君西斗主伐君中斗伏逆君紫微
宮内神姓柳字君明紫微君字露光夫人姓
王諱叔華太微星君字卿元太微内有三皇
一曰皇君二曰天皇三曰皇老此即三元之
氣混沌之眞在太微總領符命也文昌星神
君字先常天子司命之符也土官星所主能
致山内藥實旦爲猿晝爲猴暮爲死石璇璣
○星君字處行鉤陳水星主之帝陳天之虎賁○
也五車天之五嶽能致甘露麒麟三台星天
之陛官旦爲龍晝爲蛇暮爲魚三神者三台
之靈也上台神君字顯眞上台名虛精主金
玉中台神君字章明中台名六淳主祿位中
台兩星小闔晉張華爲司空死其星開下台
神君字隊生下台名曲生主土田軒轅星天
之后妃土官也其神旦爲羊晝爲蟹暮爲鶩
洞明星姓幽昇諱幽韻眞人星姓歸珩諱妙
光字度元天之司空主五嶽靈仙

五星者是日月之靈根天胎之五藏天地頡
以絲系日月繫之而明東方歲星眞皇君名
澄瀾字清凝夫人名寶容字飛靈南方熒惑
眞皇君姓皓空諱維淳散融夫人諱華凝字
玄羅太白眞皇君姓皓空名德摽夫人名颷
英字靈恩辰星眞皇君名啓咺字積原夫人
名玄華字龍娀鎭星眞皇君名藏睦字航延
夫人名空瑶字飛賢二十八宿爲離落也織
女木官星能致神芝食之壽與天地無極侍
舍水官星主天符南戒星同北戒水官星旦
○爲馬晝爲鹿暮爲麞天市星天之倉曹神能○
致明月珠旦爲木晝爲兎暮爲貉羿門土官
星能致神女倡樂旦爲生木晝爲豕暮爲蛺
瑜玄冥星姓冥樞諱定宣覺字法關度眞名
執天之游擊也主伐逆上總九天鬼神中領
北帝 三官下監萬兆穀土星能致飛鳥朱
雀旦爲雞晝爲烏暮爲鳶積水星能致四方
萬物裕其所欲坐在立亡狼星能致天帝君
百二十神一
夫下有其官則上有其星下署置官失則上

星爲其亂若露慢三光指斥七曜呵罵風雨欺罔玄靈則致日月薄蝕星宿流飛帝以十二月四日伏天西北水母星長九丈大三圍本末正等見即大水滿天下急走奔高山可逃也計然葵丘濮上人也姓辛字文子習星曆之數知所當利之術

二十八宿

甲從官陽神也角星神主之陽神九人姓賓名遠生衣緑玄單衣角星宿主之乙從官陰神也亢星神主之陰神四人姓扶名司馬馬○

○頭赤身衣赤緹單衣帶劒亢星神主之丙從官陽神也氐星神主之陽神十三人姓王名師子衣青紗單衣氐星神主之丁從官陰神也房星神主之陰神八人姓洪名寄生衣絳緋單衣房星神主之戊從官陽神也心星神主之心星火也爲工故在東方陽神五人姓女名涂祖牛頭人身衣黄單衣帶劒心星神主之己從官陰神也尾星神主之陰神十一人姓涂名徐狎兎頭人身衣青單衣尾星神主之庚從官陽神也箕星神主之叅木者箕星之精也陽神十一人姓（元闕）名仲衣飄飆玉紗單衣箕星神主之辛從官陰神也南斗星神主之陰神四人姓陽名多衣青單衣持矛南斗星神主之壬從官陽神也牛星神主之陽神十二人姓柳名將生衣絳玄單衣牛星神主之癸從官陰神也女星神主之陰神姓刁名徐字鬱子犬頭人身女星神主之寅從官孟神也虛星神主之槐者虛星之精也孟神四人姓木名徐他鼠頭人身衣銀黑單衣帶劒虛星神主之卯從官仲神也危星神○

○主之仲神十一人姓劉名歸生衣瓊紋單衣帶劒危星神主之辰從官季神也營室星神主之營室之內五色雜神營室天子受命之司水官星神主之季神八人姓呂名昇衣黄錦單衣營室星神主之巳從官孟神也東壁星神主之孟神七人姓石名蘇和豕頭人身衣黑單衣帶劒東壁星神主之午從官仲神也奎星神主之仲神六人姓黑名石勝衣丹紗單衣帶劒奎星神主之未從官季神也婁星神主之季神十三人姓竺名遠來衣流熒

單衣婁星神主之中從官孟神也胃星神主之孟神八人姓馮名謝君衣流黃單衣帶紉胃星神主之酉從官仲神也昴星神主之仲神四人姓張名弩小衣綠青單衣昴星神主之戌從官季神也畢星神主之季神姓秦名公孫帶紉衣白毛單衣畢星神主之亥從官孟神也觜星神主之孟神十一人姓王名平衣能青單衣觜星神主之子從官仲神也參星神主之仲神八人姓銅名徐舒衣黃緋單衣帶紉參星神主之丑從官季神也井星神○

○主之季神九人名博陽衣黃水單衣帶紉能致鳳凰玄武東井星神主之震乾之長男也鬼星神主之長男神五人姓作名涂于妣頭黑身帶絧衣赤野單衣鬼星神主之坎乾之中子也柳星神主之中男神四人姓角名石襄羊頭人身衣黃韋單衣柳星神主之艮乾之少子也七星神主之少子神五人名勝子衣飛霞單衣七星神主之巽坤之長女也張星神主之長女神五人姓李名神子衣赤血單衣張星神主之離坤之中女也翼星神主之中女神十人姓張名奴子衣赭黑單衣帶紉翼星神主之兌坤之少女也軫星神主之少女五人姓　名蘇子衣流黃單衣

北斗九星職位總主

黃老經曰北斗第一天樞星則陽明星之魂神也第二天璇星則陰精星之魂神也第三天機星則真人星之魄精也第四天權星則玄冥星之魄精也第五玉衡星則丹元星之魄靈也第六閭陽星則北極星之魄靈也第七搖光星則天關星之魂大明也第八洞明○

○星則輔星之魂精陽明也第九隱元星則弼星之魂明空靈也

陽明星天之太尉司政主非上總九天上真中監五嶽飛仙下領後學真之人天地神靈功過輕重莫不隸焉

陰精星天之上宰主祿位上總天宿下領萬靈及學仙之人諸以學道及兆民宿命祿位莫不隸焉

真人星天之司空主神仙上總九天高真中監五嶽靈仙下領學道之人真仙之官莫不

隷焉
玄冥星天之遊擊主伐逆上總九天鬼神中
領北帝三官下監萬兆伐逆不臣諸以凶勑
莫不隷焉
丹元星天之斗君主命錄籍上總九天諸錄
中統鬼神簿目下領學眞兆民命籍諸天諸
地莫不總統
北極星天之太常主昇進上總九天上眞中
統五嶽飛仙下領學者之身凡以功勤得轉
輪階級悉總之焉
○天關星天之上帝主天地機運如四時長短○
天地否泰刼會莫不隷焉
輔星天尊玉帝之星也曰常者常陽主飛仙
上總九天下領九地五嶽四瀆神仙之官悉
由之焉
弼星太常眞星也曰空者常空隱也主變化
無方
河圖寶錄云第一陽明星天之太尉司正主
非上總九天之眞中監五嶽飛仙下領後學
眞人天地神靈功過輕重圍九百二十里有

青城玉樓據斗眞人號九晨君姓上靈諱摇
天挺冠九晨玉冠衣青羽飛裳執斗玄圖坐
玉樓中知內諱者玉晨下映飛行太空
第二陰精星天之上宰主祿位上總天宿下
領萬靈及學仙之人圍五百五十五里有五
色玉樓孳魁眞人號北上晨君姓育嬰諱激
明光冠玄精玉冠衣玄羽飛裳執五色羽節
第三眞人星天之司空主神仙上總九天高
眞中監五嶽靈仙下領學道之人圍七百七
十里有黄臺玉樓眞人號主仙華神君姓歸
○妍諱庚眾踏冠飛晨寶冠衣青羽飛裳執斗○
中青籙
第四玄冥星天之遊擊主伐逆上總九天鬼
神中領北帝三官下監萬兆圍八百里有朱
臺玉樓步斗眞人號玄上飛蓋晨君姓冥㮇
諱撻天柱冠二華寶晨冠衣丹錦飛裳執九
靈之節
第五丹元星天之北斗君主命籙籍上總九
天諸籙中統鬼神簿目下領學眞兆民命籍
諸天諸地莫不總統圍七百二十里有素臺

金樓蹻紀眞人號金魁七晨君姓上開諱變
五道冠七寶飛天冠衣白錦飛裘執青元籍
第六北極星天之太常主昇進上總九天上
眞中統五嶽飛仙下領學者階級圜七百七
十里有玄臺玉樓步剛眞人號北晨飛華君
姓明靈諱昌上元冠飛精華冠衣紫錦飛裘
執九斗玉策
第七天關星天之上帝主天地機運四時長
短否泰劫會圜九百里有九層玉樓東龍眞
人號總靈九元北蓋晨君姓玄樞諱開天徒
冠九元寶冠衣九色錦裳執暉神之印
第八輔星天尊玉帝之星曰常陽也主飛仙
上總九天下領九地五嶽四瀆神仙之官圜
九百九十里有紫烝玉樓遊行三界眞人號
帝尊九晨君姓精常諱空上開正延冠飛精
玉冠衣九色鳳衣執火鈴
十
第九弼星太帝眞人星曰空隱也主變化無
方圜九百九十里有玉樓紫館徘徊三陽眞
人號帝眞元星君姓幽空諱冥陽暉幽寥冠
飛天玉冠衣九天龍衣執帝章

兆若訴彼之非明此之是過他之惡申己之
善自責而不怨人通理而各祈祜除罪延福
告請天之太尉第一玉皇君
兆若陰陽學官干禄求位告請天之上宰第
二玉皇君
兆若學道期仙通神達聖告請天之司空第
三玉皇君
兆若制服鬼神惡逆誅伐幽顯山邪告請天
之游擊第四玉皇君
兆若立功建德益算延年告請天之斗君第
五玉皇君
兆若屈滯疾厄乞申希免告請天之太常第
六玉皇君
兆若天地否激烝候不調告請天之上帝第
七玉皇君
兆若禳却衆災飛上覆下告請天之尊王帝
十一
第八玉皇君
兆若變化無方應救一切告請天之太帝第
九玉皇君
右九皇君九夫人内姓隱諱知之延壽千

年常夕夕觀之想見皇君夫人形相威光憶其姓諱諦存在心得見第八第九星延壽無窮

太上空常飛步錄

太上大道君曰空常者天地之魂魄陰陽之行用唯斗君名姓別有具列於後訣唯有一訣步罡呪咨乞願由人臨時作辭及口咨之在其二十八宿名星圖具在流珠正經以意詳用

次南斗君及七宿法老君曰南斗君姓唐名麗字宣道太原人

次西斗君及七宿法老君曰西斗君姓劉名起字石嬰長安人也

次北斗君及七宿法老君曰北斗君姓陳名奉字百萬江夏人云云在流珠中

右四斗君四人官二十八人皆受志人配使幷乞願皆如心手相應無事切不得妄行卻招禍返損人也

次司命法

老君曰左司命一人也姓韓名思字元信長樂人也司錄司伐等屬爲左司命有三十六大貢官

右司命姓張名獲邑字子良廣陽人也司錄司非等屬爲右司命亦有三十六大貢官

天師曰韓張二司命皆是漢高帝之臣也

老君曰得左右二司命名可以六甲日躡地紀步呪如前二十八宿法唯訣各隨命配爲司命訣捻之往往行之二年便獲長生請出災厄秘妙之法久久精修白日昇舉

雲笈七籤卷之二十四

宋朝散郎尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉進

日月星辰部

北極七元紫庭祕訣一名北帝七元延生真經

吳赤烏二年葛仙公授之於太上魏朝時紫先生傳之於世太上虛無北帝真要上通紫庭

魁身魁祿魋福魖男女魁命魓官職魒壽考魑妻妾奴婢

○已上七位用燈七椀於道靖內明照占其明暗即知本位災厄凡醮用晦朔之日七元經云此日北帝七元真人下降人間捡句罪福凡人每醮求解災厄即得吉無不利又云本命日及祿命合日相生之日犬鼠不至處剗削草穢淨地之上用丑亥未時祭之禮是謂掃地而祭亦可使白茅藉之若人能知星名及所食之物所行之處常得吉勝也

右件醮時皆須沐浴齋潔以燈列位每星下用桌子一隻上安供養物各以茶香水洗滌并洒掃庭室乃祀之位北立一紙錢標則候標上錢動真乃降矣必除殃降福也仍不可斜目視真座凡人但知本屬星名即得無災何況久能醮之祀訖即看風從何方來此是求名之方仍各減少許星糧以一囊可方一寸貯之頭戴而行有急難三呼本命星名求其救助及求餘事亦呼本命星名醮用清酒名茶淨果油餅錢財多少計自於人用單狀一紙列其真位并述所求意○

○一陽明星應五七

二陰精星應第四星第六星一直也

三真人星位列亦下步

四玄冥星

五丹元星

六北極星

七天關星

輔星

弼星

已上並頭戴寶冠身披霞帔手執玉簡真

入形狀醮時存見啓祝
第八帝星高上玉皇景光君見增三百歲
第九尊星太微玉帝神君又云大帝七辰元
君見增六百歲
已上帝王裝束並與北斗相近一云帝在
第四星內尊星在第二星內皆是帝王天
尊之精神醮時存見常以每月初三二十
七日夜竊候之勿令雜人見誠心久之無
不見者二星大如七星光皆紫華有異常
宿煥然可畏見皆叩頭請乞長生飛仙及
心告臨時既見之後二帝君當授子真官
矣
上台星名虛精求之感帝王之夢及金玉念
名求之必應中台星名六淳求官祿感與念
名求之必得吉遂下台星名曲生求妻妾奴
婢念名求之必遂
右太微帝君曰欲得延年長生富貴高遷
須修此術若久久步之乃設醮若能拔七
祖罪累并身災厄凡有厄患求之自滅若
帝王求道奇齋三光千變萬化坐在立亡

福如山嶽爲人重愛修道之者白日升天
三公卿相自感帝王愛夢官祿興感須是
至淨人家有此法者辟一切病患及諸不
祥昔漢劉景被百萬賊軍圍遶飛矢如雨
士卒失色唯景安然無怖散拔汗衫步七
星綱嘿許設醮即有神人解圍賊皆散走
此猶是常步醮之法況此秘密真訣向來
皆真仙口傳之授七元科每一百年乃傳
一人須有骨錄者不可妄傳殃及九祖如
世人未能步綱但一月兩醮自當感應一
年辟非橫二年辟非厄三年辟死災四年
見真形千災萬邪莫能侵害永無患矣

一陽明星子生人屬之食黍米
二陰精星丑亥生人屬之食粟米
三真人星寅戌生人屬之食糯米
四玄冥星卯酉生人屬之食小豆
五丹元星辰申生人屬之食麻子
六北極星巳未生人屬之食大豆
七天關星午生人屬之食小豆
醮物料

代人（一十二軀）　白米（斛）　命絹（一疋）　貼體衣（一對）
命巾（一丈二尺）　金鐶（一對）　玉環（一對）　鹽（一斗二升）
祿米（一石二斗）　銅錢（一千二百文）　豉（一斗二升）　案表
紙（一百二十張）　筆（一管）　墨（一挺）　香爐　淨水
案（一面）　鎮信綵（五匹）
東方（青絹九丈九尺）　南方（緋絹三丈三尺）　西方（素絹七丈七尺）
北方（皂絹五丈五尺）　中央（黃絹一十二丈二尺）　菓子所食
李　栗　桃　杏　棗　梨　胡桃　乾柿
淨床（二張）　北壁（一張）
七元圖（安西南）　圖用青絹兩幅長九尺畫之。

凡醮時燒香了下食都畢退後良久疑神執簡躬身相去一丈五尺微呪曰

維某年某月某時弟子具銜次云命屬某星下稽首再拜次對謹請上閤

七元真君陽明陰精光明煥爀今夜降靈饗茲薄禮暫降淨庭賜臣無畏身魂安寧除臣死籍注臣長生所求皆得所作皆成上感帝王下感人情衆人欽愛飛升紫庭降臨醮席稽首再拜次對謹請上闕

七元真君真人玄冥降臣淨庭饗臣微醮知臣丹誠願升仙都太陰無名役使萬神六甲六丁上感天心下救蒼生降臨醮席稽首再拜次對謹請上閤

七元真君丹元北極降臣淨域削臣死名乞臣道力壽齊三光福慶萬億神人衛身玉女下直降臨醮席稽首再拜次對謹請上閤

七元真君天關大神照耀臣身願臣長生得為帝賓顏如日月四時長春下界垢穢速登。上真左盼鸞儀右攜結璘玉童為使玉女為。親降臨醮席稽首再拜次對斗口謹請上閤

尊帝二星北極之靈人不曾見見即長生注臣飛仙勾臣死名福慶無窮與天齊傾速超仙都遊行上清降臨醮席稽首再拜次對謹請上閤

輔弼真君一隱一顯至真至神佐相北極環遶紫晨領施道力成臣道因上扶天意下度迷津降臨醮席稽首再拜次對西坐謹請上

上台虛精中台六淳下台曲生小臣瀝懇再拜奉迎臣具薄禮臣意不輕盡心竭力知臣丹誠除臣死籍注臣長生位在高遷列官天庭心意開廓耳目聰明三魂永久七魄不傾上朝金闕下謁玉京乘駕雲龍位作仙卿降臨醮席稽首再拜都畢退後任具饗食如有心告臨時啓聞了宣讀單狀皆不可高聲及雜人知見其天地水三官設三位於斗杓之下其土地直日二分預燒錢供養使關奏却穢矣

○祭文 ○

維某年某月某日某時具州里銜次敢昭告于

上天神后北極靈殿七元眞君事意據文謹奏此章冒犯北極輕觸明神倍深戰悚之至謹奏又朝夕朝禮亦心念之呪曰

謹請上聞

七元眞君陽明陰精眞人玄冥丹元北極天關之靈去臣死籍注臣長生所求皆得所作皆成衆人欽愛飛升紫庭次念謹請上聞

尊帝二星北極之靈願臣早見見即長生福慶無窮與天齊年次念謹請上聞

三台至誠虛精六淳曲生之名願臣高遷列官天庭心意開爽耳目聰明三魂永久七魄不傾又北斗延生神呪念之安神延壽北斗七元七靈玉名貪狼巨門保臣長生祿存文曲護臣生魂廉貞武曲衛臣生門破軍輔弼保臣長生除却災厄絶去邪精落下死籍注上生名脫免三災拔散九橫至眞攝鬼群魔摧傾學道修眞願臣早成七元守衛身飛紫○庭凡未下牀及臨眠時存禮安神度厄之呪○皆默念一遍方下足及卧呪曰

貪狼之諱陽明之星玉皇尊福億萬衆兵來扶我身巨門之諱陰精之星祿存眞人文曲玄冥廉貞丹元武曲之諱北極之星破軍之諱天關之星七星尊神千千萬萬在吾左右左有青龍名孟章右有白虎名監兵前有朱雀名陵光後有玄武名執明建節持幢負背鍾鼓在吾前後左右周匝數千萬重急急如律令

此法王侯行之夷夏率服民人富昌長生久視與天同光道人修之上升世人行之延壽袪害而保勿輕易之

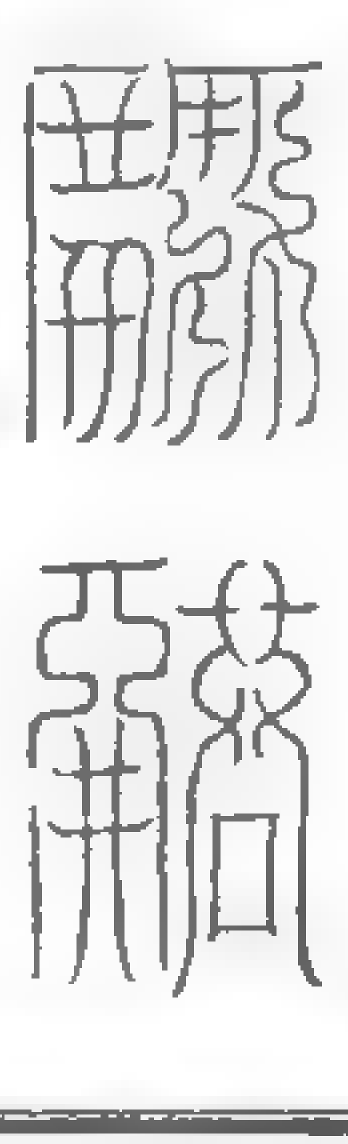
北帝七元真形圖帶佩之大集福慶

北斗第一陽明星君

北斗第二陰精星君

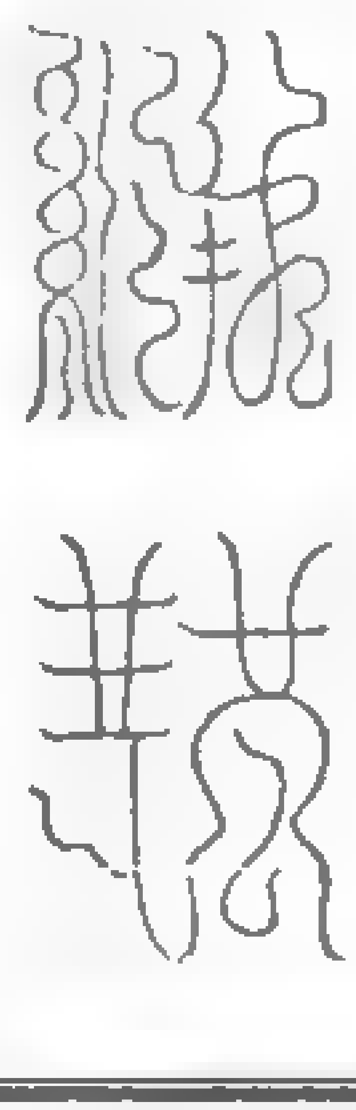
北斗第三真人星君

北斗第四玄冥星君

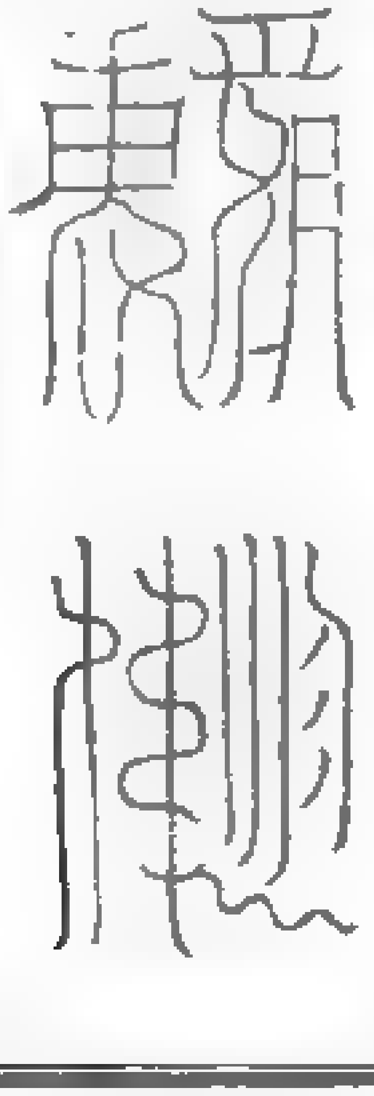


北斗第五丹元星君

北斗第六北極星君



北斗第七天關星君



七童卧斗法

凡上學之士服日月之道當修七曜之妙法
每以入定之後當於別室燒香北首而卧安
身定神棄絕異念專心在靈叩齒二十四通
存思七星煥明北方已身卧於七星斗中華
蓋之下七曜之光流煥紫景之外冠覆於已
身在紫景之上七曜之中內外鬱冥都無所
見良久豁除七曜之光化為七童若在一星
之上第一童子諱樞明第二童子諱曜靈第
三童子諱北元第四童子諱寶精第五童子
諱丹嬰第六童子諱靈精第七童子諱紫映○
○七童子吐七寶之光以哺飴兆身樞明童子
吐紫景之光曜靈童子吐瑠璃之光寶精童
子吐白銀之光丹嬰童子吐玉精之光靈清
童子吐寶珠之光紫映童子吐珊瑚之光七
寶之光同入兆身便引氣四十九咽上微呪
曰
金精凝化結元七靈紫曜煥落朱景洞明華
蓋排徊輪轉寒庭寶光燿燿七曜纏嬰玄暉
吐蘭芳之流盈夕寢靈館朝登玉清璿璣運
路紫景翼形宴轡雲輪策御飛軿遊盼八極

三道合并咽液七過止起以粟米之粉粉身
令匝而卧如此七年身生七寶之光頭有紫
景華蓋佰冠兆形得使通靈玉女七人降致
靈飛雲玄輿來迎兆身上升北辰此道祕妙
上真所修不行下世若有刻簡玄名於未生
之前記青錄玉文之人當得此道得者尅成
上仙為萬仙之師宗也輕泄失明形殘七祖
充責刀山食火三塗萬劫不原學士明慎四
極之旨深寶之焉此七童子即七寶之內精
化為七曜之上真知其名則不死修其法則○
○神仙泄其諱則失明晨夕存念則佰衛兆身
若有災厄困急之中叩齒七通呼七童之名
災即自消此道止可獨知而已懷抱珠玉豈
可放於垢塵也明哲祕之

太上招五辰於洞房飛仙祕道

夜半清靜坐卧任意安體靜心慢氣調神臨
目內視此法夕夕為之坐則各向其方卧則
首向所在其星光芒煥爛乃忽然飛來入在
頭位存西方太白星白色七尖芒見在天如
今所望既至目前漸令小圓徑七分仍入其

關光芒滿方寸之中餘星倣此在玉瑤紫關在兩眉上直入一寸仍砰方一寸是夾明堂兩邊陽日在左眉上陰日在右眉上次存北方辰星蒼色五芒在天中帝鄉玄宮從鼻直上來至髮際五分直入方一寸是對天庭宮之上下去眉二寸星徑五分也次存東方歲星青色九芒在洞關朱臺在兩眉後一寸直入一寸方一寸接六合府下自陽日在左陰日在右星徑九分次存南方熒惑星赤色三芒在玉關華房在兩眉間五分直入方五分○陽日在左陰日在右星徑三分次存中央鎮○星黃色四芒精由西南先仰視如見其星乃平旦存之在金匱黃室長谷在鼻人中中央直入二分其星半出外如紐懸於上星徑四分存思都訖髣髴令星處其位當覺使五星出光芒放五色煙貫我一身洞徹內外體中

如有芒薰星精來入也乃叩齒五通咽液二十五過訖星各五咽存其液作五星色各入其藏仍依所存次第為之也微祝曰

髙元紫關中有五神寶曜數暉放光衝門精化積生變為老人首巾素冠綠帔絳帬右帶流鈴左佩虎真手把天網散絳飛辰足躡華蓋吐芒鍊身三景保守令我得真養魂制魄乘飆飛仙祕有祝願在書机後續言之疑思良久畢又咽液三過叩齒三通常行此十五年五老來迎一合俱昇紫虛行之勿令不當也存之勿令不精也行之者忌穢積禁雜處常薰香數沐浴違之者凋敗順之者飛仙

昇斗法

○常以八節日夜半時入室正坐接手定氣閉目內視亦北向乃存一身冉冉起上飛升北○斗魁中先存天上北斗九星依時所加之狀執魁上入魁中背真人星坐良久為之如覺我形已在斗中也極念為之當覺體中熱是真氣合德存斗星紫光灌浹我身欣脈內外

又存九精三大神名字服色但心存名字上元大神名奇細字靈剛著紫晨冠飛羽紫衣虎錦丹裳左帶玉佩右服金璫兩手握琥金火鈴不用時之中元大神名旋度字素康頂負圓光扶晨冠降羽華帔龍帶虎裳下元大

神名抗蒨字流營書扶華綠冠黄鳳明峨冠衣虎帶佩流金火鈴手把日華天牛之神則宜形大使命長二尺許我前問之恍惚令不復覺有令我昧上之質乃往三神與我對坐命背光至坐上元君左以次右列之我心拜之各一再并精想髣髴遺形眇眇將令恍惚也存三大神問曰我何不速來猶昔答曰長六天三官泉魔之微三神共愁叛會之氣煥徵八方又存思忽然斗中玉妃吐紫煙入我心中良久忽見一女子狀如嬰兒在三神前○向我坐衣服如袍中所言吐紫煙直如心中乃心呼曰斗中九精陰靈玉清上妃名容華字鄭倩乃咽液八十過叩齒九通舉左手以撫心微祝曰

太上丹靈玄光飆煥九緯啓璇暉氣澄散紫晨幽燭七曜蔚蘂二景奏明陰陽以判四度運昌雲津廻灌八節啓氣上升九元捧羊攀綱奉晃三神問我猶留何不升仙我則稽首畏鬼以前帝乃赫蛀口銜日根左破六天右壓酆山流鈴上煥魔首碎分逐我七魄强我三魂藏斗內暉九精在心紫霞洞映飛光萬壽和魂制魄六胎修鍊精感變躍玉妃忽見坐當我心俯視仰眄其名容華厥字鄭倩吐納朱氣和平百關身服錦帔鳳光霜裙腰帶虎籙龍章玉文手執月華頭巾紫冠騰躍太霄驚景盖雲書名太素我得飛仙起浮崆峒垂瓊太元上造朱房役使萬神紀分二度還反嬰顏北帝激電南帝火陳東倉啓燭赫赫雷震西流雙抃鳴音唱鈞四舉起躍薦我玉真逐乘八景遨宴九煙畢拱手如初咽液三○十過叩齒九通又祝如前又拜西祝畢起向西北再拜畢開目行之四十年太上迎以瓊輪超虛躡空升登上清列爲眞人反形嬰顏衆神侍軒

卧斗

凡暮卧先存斗九星在所卧席上身於牀前北向立兩手撫心閉氣瞑目存天上北斗并帝尊九星依當時所加之位乃見帝尊來下至席列如圖令天關依月建斗形長九尺廣六尺乃燒香於真星之外若時朔日之夕即

并存辰蓋之星俱下亦列位如圖乃從魁下
時至十口於尊星外入魁中正偃卧閉目存
思其星作圓光之象星紫色綱赤色連繞其
星如步圖之者再令我頭首九極使真氣入
於泥丸令真星玉當頂上存真氣紫光通身
入泥丸宫并從出泥頭腦之內光映洞徹足
躡尊星心念飛仙小辰左足以躡之令太微
制我三魂尊星中有太微玉帝諸乞制之心
念我得飛仙魂在三宫中足躡帝星心念飛
仙中右足以躡之令高上拘我七魄帝星中
○高上玉皇諸乞拘之心念得飛仙拘魄左膀○
命門中左手把壯台由仰左手小拳之把元
星下綱使星形在虎口上右手執璇根直抵
羅本手執細星綱使星在虎口上陰祝星名
安身如法訖乃瞑目閉氣次以存九九星名
星五　十四
第一太星精名玄樞願某名有兩字者具稱
之餘某做此飛仙乘虛駕浮存星在左右足
指前中遠之
第二元星精名壯台上真願某飛仙遊行洞
牽存星右手把之

第三真星精名九極上真願某飛仙得治三
玄存星在頭頂上
第四紐星精名璇根願某玉名列爲飛仙存
星右手執之令成魁形
第五綱星精名天平願某飛仙登行上清次
紐星右
第六紀星精名命機願某飛仙名書太微次
綱星右
第七關星精名玄陽願某飛仙得使玉童次
紀星右令成斗形悉使在卧席上也
○第八帝星精名高上玉皇願某飛仙得登後○
聖之堂存星在魁中綱連紐星令對右足心
第九尊星精名太微帝君願某飛仙得入丹
闕玉房更都存九星一時俱見乃叩齒三七
通咽液三七過陰祝曰
星五　十五
九星太精壯極眞君益我胎精强我三魂左
引日華右拘月津辰中黃景元虛黃眞使我
飛仙上登紫晨神虎玉符常守生門萬邪伏
法受形斗君存洞房所存所視都畢良久乃
存斗星之精忽然入洞房中存席上九君并

綱一時分精作從小之形挾氣尸却入洞房
中恆泥由上以約指前是即庵上頭中兩處
俱有也洞房胞中左有黃老君魂五色黃繡
衣右有已魂是第二魂胎光其形服如我與
黃老對坐中有泥丸赤子帝房亦繡衣內外
生光照一身洞徹五內三關百節皆令赤赫
然後陰祝曰
洞房元精赤子太尊斗光華蓋來照泥丸寶
鍊骨血拘魄制魂使來飛仙乘雲登辰上朝
玉帝太一元君都畢乃閉目良久存形安眠
○青童君曰臥北斗陰精散仙使靈洞房致北○
斗陽精使五藏自生還得乘景遊行上清
月朔存華辰紫蓋唯月朔一日一存此夕所
存辰蓋止存庵上不分精入洞房也先存九
星覺卯存辰蓋次祝九星名以星於畢也平
旦欲起常鳴叩齒二七通咽液二七過服久
或有反側今欲起宜更正安手足存九星如
法乃叩四祝之陰祝曰
天元上斗中有七童上清紫精在兆身中華
辰紫蓋太素玄官後聖靈氣下入洞房使我

飛仙得太極金堂祝畢存九星狀然無象朔
夕辰蓋亦然所云平旦起者謂身行此事夜
中更無他務耳若夜中須起行諸事亦宜祝
而乃起若更臥者能重存爲佳不止一臥一
起一祝耳行此十八年必色反嬰孩一旦有
星之精變成九老之公並俱來下迎兆身白
日登晨

存二十四星法

常以月朔之夕生氣之時安臥閉目向上心
存二十四星星大一寸如連結之狀又存一
○星之中輒有一人合二十四人人皆如小兒○
始生之狀無衣服也於是二十四星直從天
上虛空中來下迴繞一身三帀三帀畢以次
咽入口凡作二十四咽咽時輒覺吞一星也
覺從口內徑至臍中臍中名曰受命之宮也
又覺星光照一腹內洞徹五藏又存星光化
爲二十四眞人並吐黃氣如煙以布滿腹中
鬱鬱然洞徹內外也良久微呪曰
二十四眞人迴入黃庭口吐黃氣二十四星
灌我命門百神受靈使我骨強魂魄安寧五

藏受符天地相傾畢名曰眞氣入守命門以辟災禍百鬼之疾令人長生不死

奔辰飛登五星法

後聖李君奉受八素眞經奔辰隱書施行其法乃致太微天帝下迎五星同輿乘玄華三素北登玉清受書爲上清金闕帝君

飛登木星之道歲星員鏡木精書朗東陽之陵星中有九門門中出九鋒芒鋒芒光垂九百萬丈一門輒有一青帝備門奉衛於中央青皇眞君在中央有始陽上眞青皇道君諱澄瀾字清凝夫人諱寶容字飛雲治在木星之内鎮守九門運青光流鋒以照上下之眞欲飛登之法常思見歲星當正心視星以右手拊心而禮之左手掩兩目乃九閉炁叉叩齒二十七通咽液九過使目閉於手下心呼歲星中眞皇之君君夫人名諱字三過畢曰願得與始陽青皇眞君君夫人共乘八景碧輿上登太上宮言畢乃瞑閉目於手下向星微呪曰

天光交和精流東方仰望九門飛霞散鋒始陽碧臺中有青皇青牙垂曜映照九方鬱絳夫人字曰飛雲齊服靈錦虎帔虎帶腰帶鳳符首巾華冠出無入虛遨遊太元前策青帝後從千神來見迎接得爲飛眞上登玉清高上之房呪畢去手瞑目對星服星之光二十七吞存視星九芒使盡來入喉中也都畢又叩齒三通常行之十四年木星中青皇大君奏聞高上玉清宮刻太微紫簡定名玉書位爲上清上飛眞人木星有九門門内有九青帝其一帝輒備一門以奉承於中央青皇上眞大君也青皇者東方之上眞始精之尊神也出入玉清與高上爲友也其門内青帝或號青靈之公或號青眞或號青精或號青帝君並受事於中央青皇也行八素之祕道者則致青皇來降已行五靈之外法者則致青神來授書是故道有深淺致有尊卑天無星之時天陰之夕可於寢室中向東存修而呪也天道微妙玄綱毫分不必對星而行之也有星時可出庭中坐立適意所謂上眞之道登東辰之法不傳地仙輩也

飛登火星之道火星玄鏡丹精映觀南軒星
有三門門中出三鋒芒鋒芒光垂三百萬丈
一門内輒有一赤帝備門奉衛於南真上皇
真君星中央有丹火朱陽赤皇上真道君諱
維渟字散融夫人諱華瓶字玄羅治在火星
内鎮守三門逕赤光飛雲以覆天下之真人
也欲飛登之法思見熒惑星正心視星以左
手拊心而禮之右手掩口乃三閉氣又叩齒
二十七通咽液九通瞑閉兩目心呼熒惑真
皇君熒惑夫人諱字三過畢曰願得與丹火
赤皇君君夫人共乘八景丹輿上登玉清宫。
畢乃向星微呪曰
玄象流映丹光南寘仰望三門朱雲鋒城中
有丹皇名曰維渟夫人内服是爲華瓶斎服
雲霜飛華龍鈴腰帶虎書晉巾飛青出無入
玄遨翔五城前導赤帝後從六丁來見招延
得真之名上登玄虛金書玉清呪畢去手勿
復掩口故瞑目視星服星之光二十七吞存
令星三芒盡來入喉中都畢又叩齒三通常
行之十四年熒惑星中赤皇上真道君奏闕

三元上皇帝刻玄圖瓊簡定名金書位爲上
清上飛真人熒惑星有三門門内有三赤帝
其一帝輒備一門以奉屬於中央赤皇君也
赤皇君南方之上真丹官之貴神出入玉清
與三元上皇爲友也其星中赤帝君者或號
赤靈之公或號赤神或號赤精或號赤帝並
受事於中央赤皇上真大君也行八素之隱
書則致赤皇來降已行五靈之外法則致赤
神來授書是以道有隱外文有秘顯爾乃招
真有尊卑之差求神有上下之序若無星之
時天陰之夕可於寢室南向存之有星可出。
中庭坐立任意此所謂奔南辰之法不傳地
仙傳之犯泄漏之罪地仙自復有八素經論
服王氣吐納之道也又有九素經論召鬼使
精行廚撿魂魄之事上陸行名山長生不死
而已八素經後有天鈞上曲陽歌九章九素
經後有鳳吹龍嘯陰歌八章此是地仙之秘
書也今所謂太上奔辰八素行上清之道非
地仙之八素也地仙之嘯歌以待上清之行
遊耳

飛登金星之道太白星員鏡金精煥耀西辰太白星中有七門門中出七鋒芒鋒芒光垂七百萬丈一門內各有一白帝凡有七白帝備門奉衛於西眞上皇道君星中央有太素少陽白帝上眞道君諱寥凌字振尋夫人諱飆英字靈恩治在金星之內鎮守七門運白光飛精以映上元眞人欲飛登之法思見太白星當正心視星以右手拊心而禮之左手捻兩鼻孔乃七閉氣又叩齒二十七通咽液九過瞑閉兩目心存太白眞皇君君夫人諱○守三通畢曰願得與太素少陽君君夫人共乘八景輦上登玉清宮畢又向星微呪曰七炁靈飛光照西方仰望七門靈關激鋒素暉燭映棣棣金宗中有少陽號曰白皇夫人靈恩治在玉房齊服晧錦流鈴虎章晋中扶晨腰佩金璫出空入虛遊步玉剛前導白帝後從六庚來下見迎北登墉宮名書上清得爲眞公呪畢去手勿得捻鼻故瞑兩目視星服星之光芒二十七吞存令七芒盡來入喉中都畢又叩齒三通常行之十四年太白星

中少陽白皇上眞道君奏聞太帝玉皇宮刻上清金關定名玉簡位爲上清左眞公以綜太極太白星有七門門內有七白帝其一帝輒備一門以奉屬於中央白皇道君也白皇者西方之上眞太素之尊皇出入玄清與皇初道君爲友也其門內白帝君或號白靈之公或號白神或號白精或號白帝之君並受事於中央白皇上眞大君也行八素之祕妙則致白皇來降已行五靈之外道則致白神來披書尊卑玄盼故道有淵階矣若無星之○時天陰之夕皆於室中寢處西向存之有星可出庭中坐立任意若靜寄道士亦可適於室中存五星之眞方面而並修之也皆上眞之道奔西辰之法不傳地仙一夕服五星令常周過春服星光以東方爲始夏服星光以南方爲始隨王月以王星爲先口訣也星行不必在方面亦隨星所在向而修行口訣也行事時不欲令人見其所爲當隱僻而爲之也此是太上之隱道所謂隱書者也隱而復隱猶恐鬼神竊看其篇題何可令世之臭骸

輕傳投著闕此撰迹乎不可以盲瞽愚人殊
無所知而令見其道也凡人身中亦有七神
七神見之亦爲泄漏不可不深愼也修隱書
之道而發泄隱書之名目者既嘗受考三官
又適足以作禍也每欲省按皆先屏左右人
及雞犬之生物燒香再拜乃視之也
飛登水星之道辰星員鏡水精洞映北寘辰
星中有五門門中出五鋒芒鋒芒光垂五百
萬丈一門各有一黑帝凡五黑帝並備一門
奉衛於北眞上皇星中央有太玄陰元黑皇
○道君諱啓恒字精源夫人諱玄華字龍娥治○
在水星之內鎭守五門之中運玄光流明之
炁以朗耀北元之庭當爲眞人者欲飛登之
法思見水星正心視星以兩手拊心拊心畢
舉兩手以掩兩耳乃五閉炁又叩齒二十七
通咽液九過瞑閉兩目心呼辰星眞皇道君
君夫人名字三過畢曰願得與陰元黑皇道
君君夫人共乘八景蒼輿上登上清上元宮
畢又向星微呪曰
五炁玄飛光流北方仰望五門蒼關鬱嶽

登五　二十二

芒達觀靈映景雲中有黑皇厥字精源龍娥
紛藹俱理玄關齊服蒼帔紫錦飛帬腰佩虎
符首巾蓮冠出凌九虛入響玉津前導黑帝
後從六壬來下見迎上登紫房名書太上得
爲玉眞呪畢去手勿復掩耳故臨目視星服
星之光芒二十七過存令五芒盡來入猴中
都畢又三叩齒常行之十四年辰星中太玄
上皇眞君奏聞高上宮刻琳房玉札定玉清
紫文位爲上清眞公辰星有五門門內有五
黑帝其一帝輒備一門以奉屬於中央玄皇
○君也玄皇者北方之上眞太玄之尊君出入○
上虛與紫精道君爲友也其備門黑帝或號
爲黑靈之公或號黑神或號爲黑精或號爲
黑帝君並受事於中央太玄黑眞上皇君行
八素之隱道則致北皇來降巳行五靈之外
法則致黑帝君來授書尊卑差序故道有隱
顯焉若天陰之夕及無星見之時可於室中
寢席常修之此高上之祕道奔登北辰之上
法也非地仙陸行所得聞者也玉清上清太
極太清九宮並各有官寮公卿大夫侯伯署

登五　二十三

置如一更相管統奉屬於上皇官闕次第等
類相似但道品有尊貴德業有昇降
飛登土星之道鎮星員鏡土精鎮㦤黃道鎮
星中有四門門中出四鋒芒鋒芒光垂四百
萬丈一門各有一黃帝凡四黃帝備門衛
於鎮元黃真君也星中央有中黃真皇道君
諱藏睦字兕延夫人諱空瑤字非賢治在鎮
星之內鎮鑒四門運黃寰流炁朗朕中元𪔂
盼學真者欲飛登之法思見鎮星正心視星
以兩手揞心揞心畢舉左手以掩洞房上乃○
○四閉炁又叩齒二十七通咽液九過瞑閉兩
目心呪鎮星真皇君君夫人諱字三過畢曰
願得與中央太皇道君君夫人共乘八景黃
輿上登上清宮畢又向星微呪曰
四炁徘徊合注中元仰望九極傍觀四門黃
臺紫房垂鋒射芒靈光鬱散天華落盆中有
黃皇厥字兕延夫人潛德是爲非賢理和命
炁導玄灌元齊服黃寰龍鄉虎帶腰佩金符
首巾紫冠出凌玄空展光金門前導黃帝六
巳銜軒來下見迎上登天闕金書太上瑯簡
刻名飛行太空得爲玉卿呪畢去手勿復掩
洞房上而瞑兩目服星之光二十七遍存令
四芒盡來入喉中都畢又三叩齒常行之十
四年鎮星中黃上真皇奏聞太上宮刻雲臺
君簡定九玄丹文位爲上清真公下友四極
上真人鎮星中有四門門內有四黃帝其一
帝輒備一門以奉屬於中央黃真皇君也中
央黃真上皇者中極之高尊出入太微與皇
初道君爲友也或號曰黃靈之公或號黃神
或號黃精或號黃帝君並受事於中黃上真○
之君也行八素之秘道則致黃真道君來迎
巳行五靈之外法則致黃帝來授書矣天陰
無星之時皆於寢室施行同存五方也真人
云在室內存星亦不異於見星也勿謂不見
星而當廢之也此太上之隱道登晨之秘法
矣
吞服星光芒時當悉存星真上皇皇夫人乘
光中來下入口咽之瞑目髣髴如有其形也
此李君口訣恒修太上隱法招存五星之上
皇者五年之內髣髴形見七年都見與之周

行十四年五星一合來下共乘玄華之輿三素紫雲前導五帝後從萬真玉星擕之共載白日登晨上朝玉清受書爲上清上眞矣

雲笈七籤卷之二十五 雲五 廿九

宋朝奉郎前尚書度支員外郎充集賢校理 張君房進

十洲三島

十洲 并序

東方朔 集

漢武帝既聞王母說八方巨海之中有祖洲瀛洲玄洲炎洲長洲元洲流洲生洲鳳麟洲聚窟洲等十洲並是人跡所希絕處又始知東方朔非世常人是以延之曲室而親問十洲所在方物之名故書記之方朔云臣學仙者耳非得道之人以國家盛美特招延儒墨於文綱之內抑絕俗之道擯虛詭之迹臣故韜隱逸而赴王庭藏養生而侍朱闕矣亦由尊上好道且復欲徜徉威儀也曾隨師之主履行比至朱陵扶桑之闕滄海冥夜之丘純陽之陵始青之下月宮之間內遊七丘中旋十洲踐赤縣而遨五嶽行陂澤而息名山臣自少及今周流六天涉歷八極於是矣未若陵靈之子聽眞之官上下九天洞視百方北極鉤陳而并華蓋南翔太丹而栖火夏東之

通陽之霞西薄寞窕之野日月所不逮星漢所不與其上無復物其下無復底臣之所識如愧不足以酬廣矣

祖洲

祖洲近在東海之中地方五百里去西岸七萬里上有不死之草草形如菰苗長三四尺人死者以草覆之皆當時活也服之令人長生昔秦始皇苑中多枉死者橫道有鳥如烏狀銜此草覆死人面當起坐而自活也有司聞奏始皇遣使者齎草以問北郭鬼谷先生○鬼谷先生云臣嘗聞東海祖洲上有不死之○草生瓊田內或名為養神芝其葉似菰苗叢生一株可活一人始皇於是慨然言曰可採得之不乃使使者徐福發童男童女各三百人率載樓船等入海尋祖洲遂不返福道士也字君房後亦得道

瀛洲

瀛洲在東大海中地方四千里大抵是對會稽郡去西岸七十萬里上生神芝仙草又有玉石高且千丈出泉如酒味名之為玉醴泉飲之數升輒醉令人長生洲上多仙家風俗似吳中山川如中國也

玄洲

玄洲在北海之中戌亥之地地方七千二百里去南岸三十六萬里有太玄都仙伯真公所治多丘山又有風山多風氣聲雷電對天西北門上多太玄仙官仙官宮室各異饒金石紫芝又是三天所治之處

炎洲

○炎洲在南海中地方二千里去北岸九萬里○上有風生獸似豹青色大如貍張網取之積薪數車以燒之薪盡而獸不然灰中而立毛亦不燋斫刺不入打之如皮囊以鐵鎚鍛其頭數千下乃死而張口向風須臾復活以石上菖蒲塞其鼻即死取其腦和菊花服之盡十斤得壽五百年又有火林山山中有火光獸大如鼠毛長三四寸或赤或白山可三百里許晦夜常見此山林乃是此獸光照狀如火光相似取其獸毛以緝為布時人號為火浣布也國人衣服之若有垢汙以灰汁浣

之䞨不潔淨唯以火燒兩食久振擺之其垢自落潔白如雪亦多仙家居處

長洲

長洲一名青丘在南海辰巳之地地方五千里去岸二十萬里上饒山川又多大樹樹乃有二千圍者一洲之上專是林木故一名青丘天有仙草靈藥甘液玉英又有風山山恒震聲有紫府宮天眞仙女遊於此地

元洲

元洲在北海中地方三千里去南岸十萬里上有五芝玄澗澗水如蜜漿飲之長生與天地相畢服此五芝亦得長生不死上多仙家

流洲

流洲在西海中地方三千里去東岸十九萬里上多山川積石名爲昆吾冶其石成鐵作劒光明洞照如水精狀割玉如泥亦多仙家

生洲

生洲在東海丑寅之間接蓬萊七十萬里地方二千五百里去西岸二十三萬里上有仙家數萬天氣安和芝草常生地無寒暑安養萬物亦多山川仙草衆芝一洲之水味如飴酪至良洲者也

鳳麟洲

鳳麟洲在西海之中地方一千五百里洲四面弱水繞之鴻毛不浮不可越也洲上多鳳麟數萬各各爲群又有山川池澤及神藥百種亦多仙家煮鳳喙及麟角合煎作膠名之爲續弦膠或名連金泥此膠能續弓弩已斷之弦連刀劒斷折之金更以膠連續之處使力士掣之他處乃斷所續之際終無所損也天漢三年帝幸北海祠恒山四月西國王使至獻靈膠四兩及吉光毛裘武帝受以付外庫不知膠裘二物之妙用也以爲西國雖遠而上貢者不奇稽留使者未遣久之武帝幸華林園射虎而弩弦斷使者從駕又上膠一分使口濡以續弩弦帝驚曰異物也乃使武士數人共對掣引終日不脫如未續時其膠色青如碧玉吉光毛裘黃色蓋神馬之類也裘入水數日不濡入火不燋帝於是乃悟厚謝使者而遣去又益思方朔之遠見周穆王

時西胡獻昆吾刀及夜光常滿盃刀長一尺盃受三升刀切玉如切泥盃是白玉之精光明照夜冥夕出盃於中庭以向天比明而水以滿盃中汁甘而香美斯實靈人之器秦始皇時西胡獻切玉刀無復常滿盃耳如此膠之所出從鳳麟洲來劍之所出從流洲來並是西海中所有也

聚窟洲 涂海島附

聚窟洲在西海中申未地地方三千里北接崑崙二十六萬里去東岸二十四萬里上多神仙靈官宮第比門不可勝數及有獅子辟邪鑿齒天鹿長牙銅頭鐵額之獸洲上有大山形似人鳥之象因名之爲人鳥山山專多大樹與楓木相類而林芳葉香聞數百里此爲反魂樹亦能自作聲如群牛吼聞之者皆心振神駭伐其木根置於玉釜中煮取汁更微火煎如黑餳狀令可丸之名曰驚精香或名之爲振靈丸或名之爲返生香或名之爲振檀香或名之爲人鳥精或名之爲却死香一種六名斯靈物也香氣聞數百里死者在地聞香氣乃却活不復亡也以香薰死人更加神驗如此之後延和三年武帝幸安定西胡月支國王遣使獻香四兩大如雀卵黑如桑椹帝以其非中國所有以付外庫又獻猛獸一頭形如五六十日犬子大似狸而色黃命國使以呈帝帝見使者抱之其以羸細秃悴怪其貢之非也問使者此小物可弄何謂猛獸使者對曰夫威加於百禽者不必計之以大小是以神麟故爲巨象之王鸞鳳必爲大鵬之宗百足之蟲制於螣亦不在於巨細也臣國去此三十萬里國有常占東風入律百旬不休青雲干呂連月不散者當知中國將有好道之君我王固將賤儒墨而貴道德薄金玉而厚靈物也故搜奇蘊貢神香步天林而請猛獸乘毳車而濟弱淵策驥足以度飛沙契闊途遥辛苦蹊路于今已十三年矣香神起妖殘之死疾猛獸却百邪之魅鬼夫此二物實是養生之要助政平化豈圖陛下反不知貴乎是臣國占風之謬矣今日仰鑒天姿亦乃非有道之君也眼多視則淫色口

多言則犯難，身多動則淫賊心，多飾則奢侈

未有用此四者而成天下之治也武帝忿然不平又問使者猛獸何方而伏百禽食啖何物膂力何比其所生何鄉耶使者曰猛獸所出或出崑崙或生玄圃或生聚窟或生天露其壽不貲食氣飲露解人言語仁惠忠恕當其仁也受護蠢動不犯虎豹以下當其威也一聲叫發千人伏息牛馬恐駭驚斷絙縶武士奄忽失其勢力當其神也立興風雲吐漱雨露百邪迸走蛟龍騰蛇附處于太上之厩

○役御獅子名曰猛獸蓋神化無常能爲大禽之宗主乃獲天之元王辟邪之長獸者也靈香即雖少斯更生之 神物也疫病災死者將能起之乃闘香氣者 即活也芳又特甚故難歇也於是帝使使者令猛獸發聲試聽之使者乃指獸命發一聲獸舐脣良久忽叫如天大雷聲霹靂又兩目磏磾交光精氣衝天良久方止帝登時顛蹶掩耳振動不能自止時衛者武士虎賁俱失仗伏地諸内外牛馬犬豕之屬皆絶絆離繫驚駭放蕩久許而定帝忿之因以此獸付上林苑令虎食之於是虎聞獸來乃相屈聚積如死虎伏獸入苑徑上虎頭溺虎口去十步已來顧視虎虎輒閉目帝恨使者言不遜欲收之明日失使者及猛獸所在遣四出尋討不知所止到後元封元年長安城内病者數千百亡者太半帝試取月支神香燒之於城内其死未三日者皆活芳氣經三月不歇於是信知其神物也乃更秘錄者復一旦又失之撿函封印如初無復香也帝逾懊恨不禮待於使者益貴方朔之

○遺語自愧求李少君之不勲懃衛叔卿之復去向使厚待使者必有所益也

滄海島在北海中地方三千里海四面繞島各五千里水皆滄色仙人謂之滄海者也島上專是大山積石有名石象八石石腦石桂英流月黄子石膽之輩百餘種皆生於島服之神仙外别有圓海繞山圓水色正黒謂之溟海無風而洪波百丈不可得往上有九老丈人九天真王蓋太上真人之所居唯飛仙能到其處耳

三島

崐崙

崐崙一號曰崐崙在西海戌地北海之亥地地方一萬里去岸十三萬里又有弱水周迴繞帀山東南接積石圃西北接北戶之室東北臨大活之井西南至承淵之谷此四角大山寔崐崙之支輔也積石圃南頭是王母宮王母告周穆王云山去咸陽三十六萬里山高平地三萬六千里上有三角山方廣萬里形如偃盆下狹上廣故曰崐崙山三角其一角干辰之輝名曰閬風巔其一角正西名玄圃堂其一角正東名崐崙宮其一角有積金爲天墉城面方千里城上安金臺五所玉樓十二所其北戶山承淵山入有墉城金臺玉樓相映如流精之闕光碧之堂瓊華之室紫翠丹房景雲燭日朱霞九光西王母之所治也真官仙靈之所宗上通璿璣元氣流布五常玉衡理九天而調陰陽品物群生希奇特出皆在於此天人濟濟不可具記此乃天地之根紐萬度之綱柄矣是以太上名山鼎於五方鎮地理也號天柱於珉城象綱輪也諸百川極深水靈居之其陰難到故治無常處非如丘陵而可得論爾乃天地設位物象之宜上聖觀方緣形而著爾乃處玄風於西極坐王母於坤鄉昆吾鎮在於流澤扶桑植於碧津離合火精而光獸生於炎野坎惣衆陰是以仙都宅於海島艮位名山蓬山鎮於寅丑巽體元女養巨木於長洲高風鼓於群龍之位暢靈符於瑕丘至妙玄深幽神難盡測真人隱宅靈仙所在六合之內豈唯數處而已哉此蓋舉其摽末耳臣朔所見不博未能宣通王母及上元夫人聖旨昔曾聞之於得道者說此十洲大丘靈阜皆是真仙隩墟神官所治其餘山川萬端並無覩者矣其北海外又有鍾山在北海之子地隔弱水之北一萬九千里高一萬三千里上方七千里周旋三萬里自生千芝及神草四十餘種上有金臺玉闕亦元氣之所舍天帝君治處也鍾山之南有平邪山北有蛟龍山西有鄄草山東有束木山四山鍾山之枝幹也四山高鍾山

三萬里宮城五所如一登四面山下望見鍾山耳四面山帝君之城城也又仙人出入道徑自一路從平邪山東南入穴中乃至內長生島中紫石室宮九老仙都治處仙官數萬衆記之

方丈 扶桑附

方丈洲在東海中心西南東北岸正等方丈面各五千里上專是面龍所聚者金玉瑠璃之宮三天司命所治之處群仙若欲升天者往來此洲受太上玄生籙仙家數十萬耕田芝草課計頃畝如種稻狀亦有石泉上有九原丈人宮主領天下水神及龍蛇巨鯨陰精水獸之輩

扶桑在東海之東岸一萬里復得碧海海廣狹浩汗與合東海等大碧水既不鹹苦正作碧色甘香味美扶桑在碧海之中地方萬里上有太上帝太眞王父所治處地多林木葉皆如桑又有椹子樹長者數千丈徑三千餘圍樹兩兩同根偶生更相依倚是以名扶桑仙人食其椹而一體皆作金色飛翔玄虛其樹雖大其葉及椹如中夏桑也但椹希而赤九千歲一生實耳味絕甘香地生紫金丸玉如諸夏之瓦石眞仙官變化萬端蓋無形有分形爲百身十丈者

蓬丘

蓬丘蓬萊山是也對東海之東北岸周迴五千里北到鍾山北阿門外乃天帝君總九天之維貴無比焉山源周迴具有四城其中高山當心有似於崑崙也昔禹治洪水既畢乃乘蹻車度弱水而到此山祠上帝於北阿歸大功於九天又禹經諸五嶽使工刻石識其里數高下其字科斗書非漢人所曉今丈尺里數皆禹時書也不但刻劇五嶽諸名山亦然其所刻之處獨高耳今書是臣朔所見其王母所道諸靈藪禹所不履唯書中夏之名山耳臣先師谷希子者太上眞官也昔授臣崑崙鍾山蓬萊山及神洲眞形圖昔來入漢留以寄所知故人此書又尤重於五嶽眞形圖矣昔也傳受年限正同耳陛下好道思微甄心內向天尊下降並受傳寶祕臣朔區

區亦何嫌惜而不上所有哉然術家幽事道法隱秘其師云師術泄則事多疑師顯則妙理散願且勿宣臣之言意也武帝欣聞至誠明年遂復從受諸眞形圖常帶之則候八節常朝拜靈書求既長焉朔謂滑稽都虛其心故弄萬乘傲公侯不可得而師友不可得而喜怒故武帝不能盡至理於此人矣

雲笈七籤卷之二十六

雲笈七籤卷之二十七

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理騎都尉賜緋魚袋臣張君房奉進

洞天福地

天地宮府圖 并序

銀青光祿大夫貞一先生司馬紫微集

夫道本虛無因恍惚而有物氣元沖始乘運化而分形精象玄著列宮闕於清景幽質潛凝開洞府於名山元皇先乎象帝獨化卓然眞宰湛爾冥寂感而通焉故得瓊簡紫文方傳代學琅函丹訣下濟浮生誠志攸勤則神仙應而可接修鍊克著則龍鶴昇而有期至於天洞區畛高卑乃異眞靈班級上下不同又日月星斗各有諸帝並懸景位式辨奔翔所以披纂經文據立圖象方知兆朕庶覬希夷則臨目內思馳心有詣端形外謁望景無差乃名曰天地宮府圖其天元重疊氣象參差山洞崇幽風煙迢遞以兹練素難具丹青各書之於文撰圖經二卷眞經所載者此之略備仙官不言者蓋闕而未詳

十大洞天

太上曰十大洞天者處大地名山之間是上
天遣群仙統治之所
第一王屋山洞
周迴萬里號曰小有清虛之天在洛陽河
陽兩界去王屋縣六十里屬西城王君治
之
第二委羽山洞
周迴萬里號曰大有空明之天在台州黃
巖縣去縣三十里青童君治之
第三西城山洞
周迴三千里號曰太玄惣真之天未詳在
所登真隱訣云疑終南太一山是屬上宰
王君治之
第四西玄山洞
周迴三千里號三元極真洞天恐非人跡
所及莫知其所在
第五青城山洞
周迴二千里名曰寶仙九室之洞天在蜀
州青城縣屬青城丈人治之
第六赤城山洞

周迴三百里名曰上清玉平之洞天在台
州唐興縣屬玄洲仙伯治之
第七羅浮山洞
周迴五百里名曰朱明輝真之洞天在循
州博羅縣屬青精先生治之
第八句曲山洞
周迴一百五十里名曰金壇華陽之洞天
在潤州句容縣屬紫陽真人治之
第九林屋山洞
周迴四百里號曰尤神幽虛之洞天在洞
庭湖口屬北嶽真人治之
第十括蒼山洞
周迴三百里號曰成德隱玄之洞天在處
州樂安縣屬北海公涓子治之
三十六小洞天
太上曰其次三十六小洞天在諸名山之中
亦上仙所統治之處也
第一霍桐山洞
周迴三千里名霍林洞天在福州長溪縣
屬仙人王緯玄治之

第二東嶽太山洞
周廻一千里名曰蓬玄洞天在兗州乾封縣屬山圖公子治之
第三南嶽衡山洞
周廻七百里名曰朱陵洞天在衡州衡山縣仙人石長生治之
第四西嶽華山洞
周廻三百里名曰惣仙洞天在華州華陰縣真人惠車子主之
第五北嶽常山洞
周廻三千里號曰惣玄洞天在恒州常山曲陽縣真人鄭子真治之
第六中嶽嵩山洞
周廻三千里名曰司馬洞天在東都登封縣仙人鄧雲山治之
第七峨嵋山洞
周廻三百里名曰虛陵洞天在嘉州峨嵋縣真人唐覽治之
第八廬山洞
周廻一百八十里名曰洞靈真天在江州德安縣真人周正時治之
第九四明山洞
周廻一百八十里名曰丹山赤水天在越州上虞縣真人刁道林治之
第十會稽山洞
周廻三百五十里名曰極玄大元天在越州山陰縣鏡湖中仙人郭華治之
第十一太白山洞
周廻五百里名曰玄德洞天在京兆府長安縣連終南山仙人張季連治之
第十二西山洞
周廻三百里名曰天柱寶極玄天在洪州南昌縣真人唐公成治之
第十三小潙山洞
周廻三百里名曰好生玄上天在潭州澧陵縣仙人花丘林治之
第十四灊山洞
周廻八十里名曰天柱司玄天在舒州懷寧縣仙人稷丘子治之
第十五鬼谷山洞

周迴七十里名曰貴玄司真天在信州貴溪縣真人崔文子治之

第十六武夷山洞

周迴一百二十里名曰真昇化玄天在建州建陽縣真人劉少公治之

第十七玉笥山洞

周迴一百二十里名曰太玄法樂天在吉州永新縣真人梁伯鸞主之

第十八華蓋山洞

周迴四十里名曰容成大玉天在温州永嘉縣仙人羊公修治之

第十九蓋竹山洞

周迴八十里名曰長耀寶光天在台州黄巖縣屬仙人商丘子治之

第二十都嶠山洞

周迴一百八十里名曰寶玄洞天在容州普寧縣仙人劉根治之

第二十一白石山洞

周迴七十里名曰秀樂長真天在鬱林州南海之南也又云和州含山縣是白真人治之

第二十二岣嶁山洞

周迴四十里名曰玉闕寶圭天在容州北流縣屬仙人餞真人治之

第二十三九疑山洞

周迴三千里名曰朝真太虛天在道州延唐縣仙人嚴真青治之

第二十四洞陽山洞

周迴一百五十里名曰洞陽隱觀天在潭州長沙縣劉真人治之

第二十五幕阜山洞

周迴一百八十里名曰玄真太元天在鄂州唐年縣屬陳真人治之

第二十六大酉山洞

周迴一百里名曰大酉華妙天去辰州七十里尹真人治之

第二十七金庭山洞

周迴三百里名曰金庭崇妙天在越州剡縣屬趙仙伯治之

第二十八麻姑山洞

周廻一百五十里名曰丹霞天在撫州南城縣屬王眞人治之

第二十九仙都山洞

周廻三百里名曰仙都祈仙天在處州縉雲縣屬趙眞人治之

第三十青田山洞

周廻四十五里名曰青田大鶴天在處州青田縣屬傅眞人治之

第三十一鍾山洞

周廻一百里名曰朱日太生天在潤州上元縣屬龔眞人治之

第三十二良常山洞

周廻三十里名良常放命洞天在潤州句容縣屬李眞人治之

第三十三紫蓋山洞

周廻八十里名紫玄洞照天在荆州當陽縣屬公羽眞人治之

第三十四天目山洞

周廻一百里名曰天蓋滌玄天在杭州餘杭縣屬姜眞人治之

第三十五桃源山洞

周廻七十里名曰白馬玄光天在玄洲武陵縣屬謝眞人治之

第三十六金華山洞

周廻五十里名曰金華洞元天在婺州金華縣屬戴眞人治之

七十二福地

太上曰其次七十二福地在大地名山之間上帝命眞人治之其間多得道之所

第一地肺山

在江寧府句容縣界昔陶隱居幽栖之處眞人謝允治之

第二蓋竹山

在衢州仙都縣眞人施存治之

第三仙礚山

在溫州梁城縣十五里近白溪草市眞人張重華治之

第四東仙源

在台州黃巖縣屬地仙劉奉林治之

第五西仙源

亦在台州黄巖縣嶠嶺一百二十里屬地仙張兆期治之

第六南田山

在東海東舟船往來可到屬劉真人治之

第七玉溜山

在東海近蓬萊島上多真仙居之屬地仙許邁治之

第八清嶼山

在東海之西與扶桑相接真人劉子先治之

第九郁木洞

在玉笥山南是蕭子雲侍郎隱處至今陰雨猶聞絲竹之音往往樵人遇之屬地仙赤魯班主之

第十丹霞洞

在麻姑山是蔡經真人得道之處至今雨夜多聞鐘磬之聲屬蔡真人治之

第十一君山

在洞庭青草湖中屬地仙侯生所治

第十二大若巖

在温州永嘉縣東一百二十里屬地仙李方回治之

第十三焦源

在建州建陽縣北是尹真人隱處

第十四靈墟

在台州唐興縣北是白雲先生隱處

第十五沃洲

在越州剡縣南屬真人方明所治之

第十六天姥岑

在剡縣南屬真人魏顯仁治之

第十七若耶溪

在越州會稽縣南屬真人山世遠所治之

第十八金庭山

在廬州巢縣別名紫微山屬馬仙人治之

第十九清遠山

在廣州清遠縣屬陰真人治之

第二十安山

在交州北安期先生隱處屬先生治之

第二十一馬嶺山

在郴州郭内水東蘇耽隱處屬真人力牧

主之
第二十二鵝羊山
在潭州長沙縣婁駕先生所隱處
第二十三洞真墟
在潭州長沙縣西嶽真人韓終所治之處
第二十四青玉壇
在南嶽祝融峯西青烏公治之
第二十五光天壇
在衡嶽西源頭鳳真人所治之處
第二十六洞靈源
在南嶽招仙觀觀西鄧先生所隱地也
第二十七洞宮山
在建州關隸鎮五嶺里黃山公主之
第二十八陶山
在温州安國縣陶先生曾隱居此處
第二十九三皇井
在温州横陽縣真人鮑察所治處
第三十爛柯山
在衢州信安縣王質先生隱處
第三十一勒溪

在建州建陽縣東是孔子遺硯之所
第三十二龍虎山
在信州貴溪縣仙人張巨君主之
第三十三靈山
在信州上饒縣北墨真人治之
第三十四泉源
在羅浮山中仙人華子期治之
第三十五金精山
在虔州虔化縣仇季子治之
第三十六閤皂山
在吉州新淦縣郭真人所治處
第三十七始豐山
在洪州豐城縣尹真人所治之地
第三十八逍遥山
在洪州南昌縣徐真人治之地
第三十九東白源
在洪州新吳縣東劉仙人所治之地
第四十鉢池山
在楚州王喬得道之處
第四十一論山

在潤州丹徒縣是終眞人治之
第四十二毛公壇
在蘇州長洲縣屬莊仙人修道之所
第四十三雞籠山
在和州歷陽縣屬郭眞人治之
第四十四桐栢山
在唐州桐栢縣屬李仙君所治之處
第四十五平都山
在忠州是陰眞君上升之處
第四十六綠蘿山
在朗州武陵縣接桃源界
第四十七虎溪山
在江州南彭澤縣是五柳先生隱處
第四十八彰龍山
在潭州澧陵縣北屬臧先生治之
第四十九抱福山
在連州連山縣屬范眞人所治處
第五十大面山
在益州成都縣屬仙人栢成子治之
第五十一元晨山

在江州都昌縣孫眞人安期生治之
第五十二馬蹄山
在饒州鄱陽縣眞人子州所治之處
第五十三德山
在朗州武陵縣仙人張巨君治之
第五十四高溪藍水山
在雍州藍田縣並太上所遊處
第五十五藍水
在西都藍田縣屬地仙張兆期所治之處
第五十六玉峯
在西都京兆縣屬仙人栢戶治之
第五十七天柱山
在杭州於潛縣屬地仙王伯元治之
第五十八商谷山
在商州是四皓仙人隱處
第五十九張公洞
在常州宜興縣眞人康桑治之
第六十司馬悔山
在台州天台山北是李明仙人所治處
第六十一長在山

在齊州長山縣是毛真人治之
第六十二中條山
在河中府虞鄉縣管是趙仙人治處
第六十三茭湖魚澄洞
在西古姚州始皇先生曾隱此處
第六十四綿竹山
在漢州綿竹縣是瑕華夫人治之
第六十五瀘水
在西梁州是仙人安公治之
第六十六甘山
在黔南是甯真人治處
第六十七瑰山
在漢州是赤須先生治之
第六十八金城山
在古限戍又云石戍是石真人所治之處
第六十九雲山
在邵州武剛縣屬仙人盧生治之
第七十北卬山
在東都洛陽縣屬魏真人治之
第七十一盧山
在福州連江縣屬謝真人治之
第七十二東海山
在海州東二十五里屬王真人治之

雲笈七籤卷之二十七

二十八治

二十四治并序

謹按張天師二十四治圖云太上以漢安二年正月七日中時下二十四治上八治中八治下八治應天二十四氣合二十八宿付天師張道陵奉行布化張天師沛國豐縣人也諱道陵字輔漢稟性嚴直經明行修學道有方永平二年漢帝詔書就拜巴郡江州令以延和元年三月十日辛丑詔書拜爲司空封食冀縣侯以芝草圖經歷神仙爲事任採延年藥餌金液丹以漢安元年丁丑詔書遷改不拜遂解官入益州部界以其年於蜀郡臨邛縣渠亭山赤石城中靜思精至五月一日夜半時有千乘萬騎來下至赤石城前金車羽蓋步從龍虎鬼兵不可稱數有五人一人自言吾是周時柱下史也一人自言吾是新出太上老君也一人云吾是太上高皇帝中黄眞君也一人言吾是漢師張良子房也一人言吾是佐漢子淵天師外祖也子骨法合道當承老君忠臣之後令授子鬼號傳世子孫爲國師撫民無期於是道陵方親受太上質勑當步綱躡紀統承三天佐國扶命養育群生整理鬼氣傳爲國師依其度數開立二十四治十九靜廬授以正一盟威之道伐誅邪偽與天下萬神分付爲盟悉承正一之道也

上皇元年七月七日無上大道老君所主上品治八品訣要學中伏虧造天地五龍布山嶽老君立位治以用化流愚俗學者不得貪競欲仙道克成可傳之與質朴也

第一陽平治

治在蜀郡彭州九隴縣去成都一百八十里道由羅江水兩岐山口入水路四十里治道東有龍門拒守神水二栢生其上西南有大泉決水歸東治應角宿貴人發之治王始終嗣師天師子也諱衡字靈眞爲人廣智志節高亮隱習仙業漢孝靈帝徵爲郎中不就以光和二年正月十五日巳

已於山昇仙立治碑一雙在門名曰祠師治也

陽平謫仙妻不知其姓名九隴居人張守珪家甚富有茶園在陽平化仙居內每歲召採茶人力百餘輩男女傭工雜之園中有一少年賃爲摘茶自言無親族性甚了慧懃愿守珪憐之以爲義兒又一女子二十餘亦無親族願爲義兒之婦孝義端恪守珪甚善之一旦山水泛溢市井路絶鹽酪既闕守珪甚憂新婦曰此可買耳取錢出門十數步置錢樹下以杖扣樹得鹽酪而歸後或有所要但令扣樹取之無不得者其夫術亦如此因與隣婦十數人於堋口市相遇爲買酒一梡與衆婦飲之皆醉而梡中酒不減遠近傳說人皆異之守珪請問其術受於何人少年曰我陽平洞中仙人耳因有小過謫於人間不久當去守珪曰洞府大小與人間城闕相類否答曰二十四化各有一大洞或方千里五百三百里其中皆有日月飛精謂之伏神之根下照洞中與世間無異其中皆有仙王仙官仙卿輔相佐之如世之職司有得道之人及積功遷神反生之者皆居其中以爲民庶每年三元大節諸天有上真下遊洞天以觀其所理善惡人世死生興廢水旱風雨預關於洞中焉其龍神祠廟血食之司皆爲洞府所統也二十四化之外其青城峨嵋益登慈母繁陽嶓冢亦各有洞天不在十大洞天三十六小洞天之數洞之仙曹如人間郡縣聚落耳不可一一詳記之也旬日之間忽然夫婦俱去

右陽平治山山中有主簿治祠師治係師治

第二鹿堂山治

治在漢州綿竹縣界北鄉去成都三百里上有仙室仙臺古人度世之處昔永壽元年太上老君將張天師於此治上與四鎮太歲大將軍川廟百鬼共折石爲要皆從正一盟威之道山有松栢五龍仙穴能通船渡持火入穴三日不盡治應亢宿號長

發之治王八十年

第三鶴鳴神山上治

治在其上山與青城天國山相連去成都二百里在蜀郡臨邛縣界徑道三百里世人不知之馬底子何丹陽得道處治前三水共成一帶神龍居之有四金釘二石金銀鐵三斛亦言尹喜主之治應氐宿賊人發之治王六十年神仙傳云張天師遇中國紛亂乃入蜀鶴鳴山學道也

第四漓沅山治

治在彭州九隴縣界與鹿堂山治相連其間八十里去成都二百五十里有果松神草服之升仙又有四龍起騎之門范蠡主之治應房宿庶人發之治王二十年

第五葛璝山治

治在彭州九隴縣界與漓沅山相連去成都縣二百三十里去陽平治水口四十八里昔賢於此得道上有松栗山高六百丈治應心宿道人發之治王九十年南康王太尉中書令韋公臯爲成都尹相國張公之愛增而量深器大舉止簡傲不狎於俗張公奕世相家德望清貴舉族皆輕侮於韋以此見薄亦未之悟也忽夢二神人謂之曰天下諸化領世人名籍吾子名係葛璝禄食全蜀富貴將及何自滯耶勉哉行矣異日當富貴無以葛璝爲忘也由是韋有千祿之志謀於其室家復勉勵之以粧奩數十萬金資其行計既達秦川屬歲饑久雨因知友所聘署隴州軍事判官俄而駕出奉天郡守奔難行在臯率士客甲士饋餉軍儲以申扈衛以功就拜防禦使復請赴覲行朝德宗望而器之既平寇難大駕還京以功擬授右僕射鳳翔節度使懇讓乞改西川乃授西川節度與張公交代焉擁師赴任張假道歸闕以避其鋒既而累年蜀境大穰金帛豐積南詔内附乞爲臣妾威名益重而貢賦不虧朝廷倚注戎蠻懾伏由是請許南詔置習讀院入質子學生習詩書禮樂公文翰之美冠於一時南詔得其手筆刻石以榮其國而葛璝之

事久已忘矣又夢二神人曰富貴而忘所因其何甚耶公夢覺流汗驚駭久之乃躬詣雲林炷香禱福遂命工度木揆日修崇作南宮飛閣四十間巨殿修廊重門運宇甃金刻石知無不為又九龍祖賦於山下阿乜輸財粿橦山積匠石雲起自製碑刊于洞門之側上構層樓揀選僅七十人以供灑掃良田五百畝以贍齋儲在鎮二十餘年封至王爵矣即本命丁卯屬葛瓊化也

第六庚除治

山去平地三百九十丈在廣漢郡綿竹縣西去縣五里去成都二百八十里上常有仙人來往可以度毛養性昔張力得道之處山有二石室三龍頭淮水遶之治應尾宿當道士發之治王始終

第七秦中治

主神仙在廣漢郡德陽縣東九里去成都二百里其山浮昔韓衆於其上得仙前有大水東有道徑於漢洛治西有大石銅為

誌治應箕宿蠻人發之治王始終

第八眞多治

山在懷安軍金堂縣去成都一百五十里山有芝草神藥得服之令人壽千歲山高二百八十丈前有池水水中神魚五頭昔王方平於此與太上老君相見治應斗宿女人發之治王七十年

無極元年十月五日眞正無極太上立治中八品氣要訣在掌中

第一昌利治

山在懷安軍金堂縣東四十里去成都一百五十里昔蜀郡李八伯初學道處八伯居公房之師也遊行蜀中諸名山常自出戲於成都市暮宿於青城山上故號為八伯也其山南有一石室容八十人前有三龍門為誌治應牛宿狂戲人發之治王五百年

第二隸上治山李子先生學道飛仙治在廣漢郡德陽縣東二十里山有二石室有一神井白鹿白鶴白鴆時來飲之有石在治

前與綿毋治相連西有赤石溪上有三松爲誌山去平地二千九百丈昔中山衛叔卿於此得道治應女宿貧賤人發之治王百年

第三涌泉山神治

昔廣漢馬明生學道得仙太上老君至此化形住此治在遂寧郡小漢縣界上有泉水治萬民病飲之無不差愈傳世爲祝水治去成都二百里有懸崖百丈近綿木猴猴百鳥來在其間治應虛宿野人發之治王三十年其山小而高四向有遊道

第四稠稉治

在犍爲郡新津縣去成都一百一十里汶山江水經焉山高去平地一千七百丈昔軒轅學道之處也治左右有連岡相續西北有味江水山亦有芝草仙藥可養性命治應危宿貴人發之治王五十年

第五北平治

在眉州彭山縣去成都一百四十里山上有池水縱廣二百步中有神芝藥草食之與天相久昔越人王子喬得仙治應室宿道師發之治王四十年一名硏山治

第六本竹治

山在蜀州新津縣去成都一百二十五里山高一千三百丈上有一水有香林在治陌北有龍穴地道通峨嵋山上有松昔鄭子聲得道之處也後有林竹西去十五里通鶴鳴山前水中常有神龍遊戲治應壁宿龍門吏人發之治王五百年

第七蒙秦治

山在越嶲郡臺登縣西去城二十里去成都一千四百二十里治與越嶲郡隔河水前有小山後有大山高一千丈昔伊尹於此山學道上有芝英金液草服之得度世後有漢中郡趙昇得道於此治應奎宿凡人發之治王九十年

第八平蓋治

山在蜀州新津縣去成都八十里前山下有王人身長一丈三尺昔吳郡崔孝通於此山學道得飛仙山西有大江南有長山

北有平川中有龍門治應婁宿陰人發之治王千年

無上二年正月七日無爲大道玄真立下八品治氣要訣在掌中

第一雲臺山治

在巴西郡閬州蒼溪縣東二十里上山十八里方得山足去成都一千三百七十里張天師將弟子三百七十人住治上教化二年白日升天其後一年天師夫人復升天後三十年趙昇王長復得白日昇天治前有巴西大水山有一樹桃三年一花五年一實懸樹高七十丈下無底之谷唯趙昇乃自擲取得桃子餘者無能取之治應胃宿有人形師人發之治王五十年又云雲臺治山中有玉女乘白鶴仙人乘白鹿又有仙師來迎天師白日升天萬民盡見之一云此天柱山也在雲臺治前有立碑處

雲臺治中錄曰施存魯人夫子弟子學大丹之道三百年十鍊不成唯得變化之術後遇張申爲雲臺治官常懸一壺如五升器大變化爲天地中有日月如世間夜宿其内自號壺天人謂曰壺公因之得道在治中

第二濜口治

山在漢中郡江陽縣去成都二千九百二十里陳安世於此山上學道得仙安世京兆人也漢中水過其前山一名平元山西有長山東有流海帝王所住有青龍門治應昴宿俗人發之治王五百年

第三後城山治

在漢州什邡縣昔竇子明於此山上學仙得道左有大水後有重山山有神芝服之壽千歲一名黃陵山南有長山北有青龍東有松栢爲誌治應畢宿凡人發之治王八十年

第四公慕治

在漢州什邡縣去治一百里昔蘇子於此山學道得仙一名北逢仙山南有石坎北有懸流水治應觜宿病人發之治王七十

年

第五平岡治

山在蜀州新津縣去成都一百里昔蜀郡人李阿於此山學道得仙白日升天治應參宿道士發之治王二十年北有三重曾溪南有特山爲誌

第六主簿山治

在邛州蒲江縣界去成都一百五十里蜀郡人王興於此學道得仙一名秋長山南有石室玉堂松栢生其前治應井宿徽人發之治王八十年

第七玉局治

在成都南門内以漢永壽元年正月七日太上老君乘白鹿張天師乘白鶴來至此坐局脚玉床即名玉局治也治應鬼宿千文大人發之治王三世

第八北印山治

在東都洛陽縣界水在治左務成丁於此得道大黄出東兖泉南流治應柳宿仙聖發之治王六十年

玄都律第十六云治者性命魂之所屬也五嶽名山圖云陽平治角金角角星鹿堂治金亢星鶴鳴治木氐星治沅治土房星葛璝治火心星庚除治火尾星秦中治水箕星真多治金斗星

右八治是上品並是後漢漢安元年太上老君所立

昌利治土牛星隸上治火女星涌泉治木虛星稠稉治火危星北平治金室星本竹治木壁星蒙秦治火奎星平蓋治土婁星

右八治是中品置如前云

雲臺治木胃星濜口治木昴星後城治土畢星公慕治金觜星平岡治水參星主簿治金井星玉局治水鬼星北印治土柳星

右八治是下品置如前云

岡氐治水星星白石治金張星鍾茂治水翼星具山治土軫星地圖云此四治在京師東北

右此四治是張天師所加充前二十四治合成二十八治上應二十八宿

平公治屬水配湧泉治公慕治屬土配綢稉治天台治屬土配本竹治賴鄉治屬金配昌利治樽領治屬金配雲臺治代元治屬金配雲臺治和里治屬火配隸上治漓沅治屬金配昌利治

右是天師更加此八治以配八品周布四海鎮國化人也

太眞科下卷所說云第二別治有四者

第一具山治　第二鍾茂治　第三白石治

第四岡氏治

○右四品在外名別治於內名備治備治足二十八也則與三八別也

第二遊治有八者

第一吉陽治　第二平都治　第三河逢治

第四慈母治　第五黃金治　第六太華治

第七青城治五符經作青城山　第八峨嵋治

右八品是遊治也

第三配治有八者

第一代元治　第二樽領治　第三瀨鄉治

第四天台治　第五公慕治　第六平公治

第七利里治　第八漓沅治

右八品是配治也

第四正治二十有四者

第一北邙治　第二玉局治　第三主簿治

第四平岡治　第五公慕治　第六後城治

第七濜口治　第八雲臺治

右是下品八治也

第一平蓋治　第二蒙秦治　第三本竹治

第四稠稉治　第五北平治　第六湧泉治

第七隸上治　第八昌利治

○右是中品八治也

第一真多治　第二泰中治　第三庚除治

第四葛璝治　第五漓沅治　第六鶴鳴治

第七鹿堂治　第八陽平治

右是上品八治也

第五星宿治二十有八名上治一名內治又名大治又名正治是上皇元年七月七日無上玄老太上大道君所立上中下品

二十八宿要訣

第一角宿上治無極虛无无形下治陽平山

第二亢宿上治無極虛无自然下治鹿堂山

第三氐宿上治無極玄元無爲下治鶴鳴山（此三治主辰生）

第四房宿上治虛白下治漓沅山

第五心宿上治洞白下治葛璝山（此二治主卯生）

第六尾宿上治三一下治庚除山

第七箕宿上治三元下治秦中山（此二治主寅生）

第八斗宿上治三五下治真多山（此一治主丑生）

右上八品無上治

第九牛宿上治九天下治昌利山

第十女宿上治五城下治隸上山（此合前三治主丑生）

第十一虛宿上治元神下治湧泉山

第十二危宿上治丹田下治稠稉山（此二治主子生）

第十三室宿上治常先下治北平山

第十四壁宿上治金梁下治本竹山（此二治主亥生）

第十五奎宿上治六府下治蒙秦山

第十六婁宿上治太一君下治平蓋山

右中八品玄老治之

第十七胃宿上治五龍下治雲臺山（此合前三治主戌生）

第十八昴宿上治隨天下治濜口山

第十九畢宿上治六丁下治後城山（此二治主酉生）

第二十觜宿上治十二辰下治公慕山

第二十一參宿上治還身下治平岡山（此二治主申生）

第二十二井宿上治拘神下治主簿山

第二十三鬼宿上治無形下治玉局山（此非人所生）

第二十四柳宿上治聚元下治北邙山（此三治主未生）

右下八品太上治之

太上漢安二年正月七日中時二十四治上八中八下八以應二十四氣付天師張道陵

第二十五星宿上治別形下治國臣山

第二十六張宿上治保氣下治白石山（此二治主午生）

第二十七翼宿上治五玉下治鍾茂山

第二十八軫宿上治金堂下治具山（此二治主未生）

天師所立四治

天師以建安元年正月七日出下四治名備

治合前二十八宿也星宿治隨天立歷運設敎劫劫有受命爲天師者各各中明濟世度人以至太平太平君出更加有司隨其才德進位神仙

天師以漢安元年七月七日立四治付嗣師以備二十八宿

第一岡氐治在蘭武山應星宿

第二白石治在玄極山應張宿

第三具山治在飯陽山應翼宿

第四鍾茂治在元東山應軫宿此四治既與前大同小異

○系師以太元二年正月七日立八品遊治

峨嵋治在蜀郡界青城治在蜀郡界黃金治在蜀郡界太華治在京兆郡界慈母治在城市山界河逵治在上黨郡界平都治在巴郡界吉陽治在蜀郡界

系師者嗣師子也諱魯於陽平山得尸解仙道又立一治名系師治但嗣師治并主簿是天師門下也又立一治令按玄都職治律第九云代元治平都治是延遊治也是知峨嵋治等亦是遊治

雲笈七籤卷之二十八

稟生受命

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房上進

稟生受命章

混元述稟篇曰夫人生於天地之間稟二氣之和冠萬物之首居最靈之位總五行之英參於三才與天地並德豈不貴乎內觀經云天地構精陰陽布化人受其生一月為胞精血凝也二月為胎形兆胚也三月陽神為三魂動以生也四月陰靈為七魄靜鎮形也五月五行分五藏以安神也六月六律定六府用滋靈也七月七精開竅通光明也八月八景神具降真靈也九月宮室羅布以定精也十月氣足萬象成也元和哺飼時不停也太一居腦總眾神也司命處心納生氣也桃康住臍保精根也無英居左制三魂也白元居右拘七魄也所以周身神不空也易繫辭曰乾道成男坤道成女是也

因緣經曰人始受身從虛無中來迴黃轉白構氣凝精承天順地合化陰陽一月為胞精單天氣下泱身中二月為胎無量壽天氣下泱身中三月魂具須延天氣下泱身中四月魄成寂然天氣下泱身中五月生藏不驕樂天氣下泱身中六月具六府化應聲天氣下泱身中七月明竅梵輔天氣下泱身中八月景附清明天氣下泱身中九月神降無愛天氣下泱身中天神一萬八千身神一萬八千共三萬六千 神氣具足十月而生在胞之時三元養育九氣布化歲星為肝太白為肺鎮星為脾熒惑為心辰星為腎北斗七星開其七竅七星降 七童子以衛其身七星之氣結為一星在人頭上去頂三尺人為善者其星光大而明為惡者其星暗實而小善積則福至惡積則災生星光墜滅其身死矣

生神章經曰人之受生於胞胎之中三元育養九氣結形九月神布氣滿能聲十月神具九天稱慶太一執符帝君品命主錄勒籍司命定筭五帝監生聖母衛房天地神祇三界備守九天司馬在庭東向讀生神寶章九過男則萬神唱恭女則萬神唱奉男則司命敬

諾女則司命敬順於是而生九天司馬不下命章萬神不唱恭諾終不生也人得逕生人道濯形太陽驚天駭地貴亦難稱天真地袛三界齊臨亦不輕也當生之時亦不爲陋也若能愛其形保其神貴其氣固其根終不死壞而得神仙骨肉同飛上登三清與三氣合德九氣齊并反於此者自取死壞耳可不哀乎

真文經曰人之生也頭圓象天足方法地髮爲星辰目爲日月眉爲北斗耳爲社稷口爲○江河齒爲玉石四肢爲四時五藏法五行與天地合其體與道德齊其生大矣貴矣善保之焉昔天真皇人於峨嵋山中告黃帝曰一人之身一國之象也胸腹之位猶宮室也四肢之列猶郊境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶民也能知治身則知治國矣夫愛其民所以安其國恡其氣所以全其身民散則國亡氣竭則身死亡不可復存死不可復生至人消未生之患治未病之疾堅守之於無事之前不追之於既逝之後民難養而易散氣難保而易失審威德者保其理割嗜欲者保其炁得不勤哉得不成哉

太上九丹上化胎精中記

九丹上化之文太微帝君受於三天玉童乃上化九轉迴精凝神解散紫胞結節之根還精補胎靈鎮窮腸內丈外逸九竅鮮明鍊髓易骨節節納真其法高妙祕於九天金房玉室靈都之宮依四極明科萬劫一時自無玄名紫簡綠字上清不得參關有犯靈禁伐以神兵寄修其道白日飛仙九天丈人告三天○玉童曰天地交運二象合真陰陽降炁上應九玄流丹九轉結炁爲精精化成神神變成人故人象天地氣法自然自然之氣皆九天之精化爲人身含胎養育九月氣盈九天氣普十月乃生其結胎受炁有吉有凶有壽有夭有短有長皆稟宿根結氣不純藏胃積滯六府敗傷形神不固體不受靈死氣入竅何由得存徒知修學不識此源今以相告一形之真隨生解結哺養百神體自生光內府鮮明神安宮宅萬炁並仙子其秘之慎勿輕宣

凡人受生結九丹上化於胞胎之中法九天之氣氣滿神具便於胞囊之内自識其宿命知有本根轉輪因緣九天之氣化成其身旣覩陽道開廣三光而自忘其所生所由之因爾者皆由胞根結滯盤固三關五府不理死氣塞門致靈關不發而忘其因緣也若靈眞託化含鍊瓊胎暫經紫戶運覆人道挺秀自然曜景覩靈便騰身九天非復結精受氣而爲人也

凡人生禀九天之氣氣凝爲精精化成丹丹變成人結胎含秀法則自然假令七月生則十月胎受波羅答惒天之氣十一月生則受梵迦摩夷天之氣十二月生則受梵輔天之氣正月生則受化應聲天之氣二月生則受不驕樂天之氣三月生則受寂然天之氣四月生則受須延天之氣五月生則受上上禪善無量壽天之氣六月生則受鬱單無量天之氣

凡人從十月結胎至於六月則受九天之氣已滿至七月合十月則天地氣盈受太陽之運而生也

凡修學之家仰希神仙當知鍊身於九丹解結於五神引氣於本生滅根於三關九鍊十變百節開明斷絶胞結乃知本眞旣知本眞便成上仙學無此法三宮不聡死氣不滅胃不受靈氣離神遊赤子不歡宮宅空廢邪魇入身所以百病從此而生死不盡命痛乎何言凡陽氣赤名曰玄丹陰氣黄名曰黄精陰陽交接二氣降精化神結胎上應九天九天之氣下布丹田與精合凝結會命門要須九過是爲九丹上化下凝以成於人一月受氣二月受靈三月含變四月凝精五月體首具六月化成形七月神位布八月九孔明九月天氣普乃有音聲十月司命勒籍受命而生故人禀九天之氣降陰陽之精名曰九丹合成人身旣得爲人便應返其本眞通理五藏解散胞根斷滅死氣自然成仙也

解胎十二結法

凡人生在胞胎之中皆禀九天之氣凝精以自成人也旣生而胞中有十二結節盤固五

內五內滯閼結不可解節不可滅故人之病
由於節滯也人之命絶由於結固也兆能解
結於胞中十二結節則求死亦不得也
胞上部有四結一結在泥丸中二結在口中
三結在頰中四結在目中欲解上部四結當
以本命日平旦入室燒香向西北九拜朝九
天元父叩齒九通三呼元父諱訖迴向東南
三拜三呼九天玄母諱　遂向本命平坐
閉眼思元父身長九寸九分著玄黃素靈之
綬頭戴七稱珠玉之幘無極進賢之冠居九
○天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈鄉洞元里○
中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人從
西北來下入我身中泥丸之境
次思玄母身長六寸六分著青寶神光錦繡
霜羅九色之綬頭戴紫元玄黃寶冠居九炁
無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府九
光鄉上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二鳳
凰三十六玉女從東南來下入甲身中治面
洞房之內思父母化為青黃二氣宛轉相沓
竟於頭面之上畢叩齒九通微呪曰

甲受九靈之化結氣不純節滯盤固鎮塞靈
門謹以本命上告高晨元父玄母下映我身
八景齊暉九天同真共解上部四結胞根迴
靈鎮戶九孔結仙內胎鍊化九丹凝神變青
為赤二氣纏綿壽同三光永享億年畢因氣
八十一過止
又思鬱單無量天王姓混諱霱霱霹衣九色
無縫自然斑文之裘頭戴耀精日圓治天無
央玄臺紫戶之內乘九麟瓊輪侍玉仙二十
○四人
次思上上禪善無量壽天王姓楔諱靈霱霸○
衣九色雲文之裘頭戴暉精月光治天王國
朱林七寶瓊臺乘十二玄龜飛青羽蓋從上
官太仙玉童三十二人
次思須延天王姓滓諱霆霣霺衣九色三法
雲文之裘頭戴天元玉寶明冠治天玉京靈
都宮乘九色飛鴻三素飛雲從素靈玉女一
十四人
次思三天真王共下我身頭面之上化為青
紫黃三氣混沌如雲之沓從口耳鼻孔之中

而入直市一面便仰祝曰
三天天王九玄靈仙爲我上解頭面之關結化九丹自然降精金門之上交合三眞之雲降流我身以成我神盡去死氣滅絕胞根靈景鎮固棄諸凶患結結得解節節納眞玄光流布洞灌幽泉言名九天反胎化仙內充外盈表裏成神畢仰咽氣九過止

又思上部八景神童閉眼存腦神名覺元子字道都形長一寸一分著白錦之衣頭戴三梁寶冠髮神名玄文華字道衡形長二寸一○
○分衣玄雲錦衣頭戴無極進賢之冠皮膚神名通衆仲字道連形長一寸五分衣黃錦飛帬頭戴三氣寶天冠目神名虛監生字道童形長三寸六分衣五色章衣頭戴通天之冠項髓神名靈謨蓋字道周形長五寸衣白錦素帬頭戴三梁寶冠膂神名益歷輔字道柱形長三寸五分衣白玉柔衣頭戴玄元寶冠鼻神名冲龍王字道微形長二寸五分衣青黃素錦飛帬頭戴遠遊之冠舌神名始梁峙字道岐形長七寸著絳錦飛帬頭戴進賢之冠八景都竟並如嬰兒之形一合在面部之上各安其所乃叩齒八通微祝曰

上景一部八神合眞結氣九丹化成我身千乘萬騎如雲散煙降匝頭面施靈布神上解結節中滅胞根下降固滯通理三關八景翼體與靈同年帝君玄母曲迴高晨降我王華停我落鮮返容朱顏面化金仙變景逐電遲造日門仰咽八氣都止便服上化九丹陽靈之符

胞中部有四結一結在五藏中二結在太倉○
○中三結在大腸中四結在小腸中兆欲解中部四結以本命之日正午時入室燒香向西北九拜朝元父三呼元父諱轉東南三拜朝玄母三呼玄母諱還向行年上平坐叩齒九通閉目思元父身長九寸九分著玄黃素靈之綬頭戴七稱珠玉之幘無極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈鄉洞元里中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人從西北來下入兆身中五藏之內

次又思玄母身長六寸六分著青寶神光錦

繡霜羅九色之綬頭戴紫元玄黃寶冠居九
氣無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府
九光鄉上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二
鳳凰三十六玉女從東南下來入我五藏之
中思父母化爲青黃二氣混沌如日之圓映
照五藏光耀内外使仰祝曰
父靈母精二氣喬并九丹凝化結胎紫瓊景
景太微命統九靈帝君敷神流眞灌生五藏
結絡六府洞清胃管開聽九竅朗明宿節散
滅新胎更榮變景鍊髓冠帶九星三騂翼部○
○飛入帝庭畢咽四十五氣止
又思寂然天王姓津諱霄霞衣七色龍文通
光之裘頭戴陰精夜光冶天朱宮瓊臺之上
乘八景飛輪從玉仙十二人
次思不驕樂天王姓凝諱須霍霄衣九色飛
霜雲文斑裘頭戴青華虛星玄精冶天元宮
映丹之房九層玉臺乘白鹿丹霞之輿從上
宮玉仙三十六人
次思化應聲天王姓耀諱霖霆衣九色流光
耀雲錦裘頭戴白光太白精冶天瓊林上宮

朱映之房乘飛鳳遊霄紫輪從太眞玉仙三
十六人思三天眞王共下入我身五藏之内
化爲赤白皂三色之炁混沌如雲之煙從心
孔而入直下五内使微祝曰
九丹凝靈三氣結經玄眞充降内外明鮮太
倉開通腸胃結仙斷滅節莖散除宿根三合
成契九化凝神迴精玉胞以成我身九色玄
黃流精灌津盪洗積滯内無滓塵華條合秀
種植靈根孔孔洞朗節節冷然骨化景飛上
升紫天畢仰咽九氣止
○又思中部八景神童閉目存呼蚨神名百流○
放字道通形長八寸八分著九色章衣戴平
天紫晨之冠肺神名素靈生字道平形長八
寸一分著白錦飛雲之衣頭戴九元寶冠心
神名煥陽昌字道名形長九寸著絳章單衣
頭戴玉晨寶天冠肝神名開君童字道青形
長七寸衣飛青羽帬頭戴三梁之冠膽神名
龍德拘字道放形長三寸六分衣青黃綠三
色之帬頭戴無極進賢之冠左腎神名春元
眞字道卿形長三寸七分著五色變光之帬

頭戴遠遊之冠右腎神名象地無字道生形長三寸五分衣白錦單衣頭戴三氣寶光之冠脾神名寶元全字道騫形長七寸三分著黃錦飛帬頭戴紫晨之冠八景都竟並如嬰兒之形一合在五藏之內各安其所仍叩齒八通仰祝曰

中部八景上變九廻化精王胞結氣紫微鍊魂固魄萬神總歸帝君解結九孔散關玄母降靈節節納暉內充外發華光無衰得與八景合輦同飛本命告使如兆所廻運我上升○披觀靈扉畢仰咽八氣止便服胎精鍊神之符

胞下部有四結一結在膀胱中二結在陰中三結在後門中四結在兩足中兆欲解下部四結以本命日夜半子時生氣始入室燒香向西北九拜朝元父三呼元父諱轉向東南三拜朝玄母三呼玄母諱還向太歲上平坐叩齒九通閉目思元父身長九寸九分著玄黃素靈之綬頭戴七稱珠玉之幘無極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈

歸洞元里中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人從西北來下入兆身中五藏膀胱之內

次思玄母身長六寸六分著青寶神光錦繡霜羅九色之綬頭戴紫元玄黃寶冠居九炁無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府九光鄉上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二鳳凰三十六玉女從東南來入我膀胱之內下至兩脚即思父母化爲青黃二炁混沌如日圓映照一身光耀內外便仰祝曰

○陰陽交泰二炁洞明上化玄丹下轉黃精含胎變化體無常形帝君監映九孔納靈十二部結散滅黃庭八景經絡胃結紫瓊三魂被鍊七魄安寧萬神保鎮內外齊平三部八景與我俱生運我飛升上造玉清畢咽二十四炁止

又思梵輔天王姓精諱霧雲霏衣九色流雲飛晨之裘頭戴流丹絳寶瑩星玄精治天南上七映之宮乘流霞丹霄瓊輿羽蓋從上宮玉仙十二人

次思梵摩迦夷天王姓玄諱霐霦衣九色元鳳飛雲之裘頭戴玄晨辰星流精治天九玄鳳城紫瓊玉臺乘白麟素雲飛輪從太華仙童三十二人

次思波梨答惒天王姓王諱靈𩆜衣九色無縫玄雲寶裘頭戴無極流黃鎮星飛精治天嶬嶒玉京大有妙宮九曲之房乘五色雲輿從太玄玉童十二人思三天眞王共下降我身治膀胱之中下至兩足化爲紫綠碧三色之炁混沌如雲霧從陰中而入流布膀胱後門兩足之中內外映照便祝曰

三天育胎九氣結神上化玄丹下轉變仙二象交降以成我身六胃瓊秀九府納眞十二結節各各絶根蠱除穢炁五靈數陳玄母吐精鍊化光鮮金仙奠靈玉華結篇記名青宮長保帝晨畢仰咽九炁止

又思下部八景神童閉目存呼胃神名同朱育字道展形長七寸衣黃錦飛帬頭戴平天紫晨之冠窮腸中神名兆滕康字道還形長二寸四分衣絳章單衣頭戴三梁之冠大小腸中神名蓬送留字道厨形長二寸一分衣黃綠飛帬頭戴玉晨寶天冠胴中神名受亨勃字道靈形長九寸一分衣九色章衣頭戴飛晨玉冠胷膈中神名廣瑛宅字道仲形長五寸衣白錦飛帬頭戴無極進賢之冠兩脅神名辟假馬字道成形長四寸一分衣赤白二色之帬頭戴九元寶冠左陰右陽中神名扶流起字道圭形長二寸三分衣青黃白三色之帬頭戴遠遊之冠右陰左陽中神名苞表明字道生形長二寸三分衣青黃白三色之帬頭戴三梁之冠存八景都畢並如嬰兒之狀各安所在千乘萬騎帀布在我陰中膀胱後門兩足之中仍叩齒八通仰祝曰

下部八景散神飛仙含元育炁鍊胎紫煙太一元父玄母交經二精流灌合養內眞帝君安籍司命改年節結已散九孔已鮮魂魄保固總攝萬神與我同升俱造玉晨畢仰咽液八過止

又思道一內神名逮無馬字道極生形長二寸五分衣紫文明光錦帬頭戴無極進賢之

冠在兆臍下丹田之中總統三部二十四真
卯酉三十六通微祝曰
玄上大神總領無外安鎮幽谷流精宗玄東
真侍靈三部交衛帝君映帶玄母歡泰九元
同符司命延遵三晨齊暉與真結帶畢仰咽
二十四炁都止便服三關十二結胞胎內符
符在本經
上部四結固人泥丸絡人華容夭人生魂中
部四結合凶爲群盤固太倉迷人遊魂來妖
通姦景夢不壽下部四結結人後門通人九
○孔斷人命根帝君告靈九天玉文消解結節○
滅諸根源

雲笈七籤卷之二十九

雲笈七籤卷之三十

稟生受命

帝一混合三五立成法

夫人者受生於天魂經成於元靈轉輪九炁
挺生太一開闢二道積神幽宮所以玄液七
縭流律數澤日月映其六虛口目運其神氣
雲行雨施德擬天地胞胎內匠五因來具立
人之道其如此也五因者是五神也三道者
是三真也夫五神天之魂三真道之炁九天
之○胎太一之源日月天之道玄液天之潤六○
虛天之光幽宮天之府神氣天之化元靈帝
之變凡此言九天者乃混合帝君之變變而
化之是謂九宮九宮混變而同一矣若兆欲
修已來生當從所生之宗所生之宗謂元父
玄母也元父主炁化理帝先玄母主精變結
胞胎精氣相成如陰陽相生雲行雨施兆已
道合無名數起三五兆始稟形七九既帀兆
體乃成和合三五七九洞真帝象之先營須
營天皇之功九變爲靈功成人體體與神并

神去則死神守則生是以三元爲道之始帝君爲道之根太一爲道之變九天爲道之神九宮爲道之宅玄液爲道之津可以照鏡三田以致神仙朝適六合夕守泥丸堅執胎精心中常歡學道之子須此爲緣見是經者始可與言存念太一混合帝先雄雌守神灌流浩清常使九天元炁則合九成也夫洞其要也則一體常存津血自生雄鎮命戶雌守神室太一無雜與天同時故太上隱符曰存其雄守其雌乃天地不能殄也既存之焉則五神守宅五藏生華靈棲絳宮帝鎮泥丸百神堅固胎塞命門久則三一之神夕見太一帝先晨降並見形於子之寢處也子當清潔齋戒斷絕外事杜塞邪逕節諸人物罕爲循諳精心在一晨夕循道孜孜不替沐浴五香別靜一室燒香左右以期真炁太一之道尤忌血腥臭臊殗穢之氣若泣淚墮落則帝君悲擾哭聲發口則太一凝結故九氣止而不變三一悲而不攝九炁不變則三一亦結結滯日積生氣泄出而故炁運入故炁運入將病

將死之始也是以真人謂哭音爲死絕之聲謂泣涕爲漏精之津可不慎避之哉若一見死尸及積日哀哭者則帝君獲罪謫於太上太一受考讁於玄虛也將來三年子將亡矣諸不受太一之道者自不得伺之於學生也所以至忌屍哭殗穢憂戚之感以爲太一帝君之精思也又不得見死屍自受書之後若見四十九屍者皆不得長生必中道絕命也若見二十四屍者則當斃過太陰然後超仙以爲死屍之形既眄於兩眼屍穢之氣亦滯纏於人思所存記於絳宮絳宮所識雖忌猶存宜斃歸身顯屍塞思記之眼故也子厚慎之哉見血屍喪殗穢哀哭泣涕皆太一之至忌也若恒齋戒則存易感精誠立會太一鎮命歡欣混合行之一十八年白日升晨此真人迴老反嬰之道也

存三一守太一精洞房會帝君則化生九靈於子形中輔子之神明成子之真仙保子之長生固子之胎魂也白元元英桃君司命太一混合五神捧籍列符五神各有所主混合

九變三五洞化於是三宮鎮眞百節受靈帝君寶籍宿命無傾周旋虛煙啓通玄精二十四眞忽然化生上關上元下開八冥左朝六甲右使六丁玉華引日太一并形千乘萬騎舉身登晨白日升天眞人修是太一之道者皆得三天之舉故曰舉身登晨白日升天以鷄鳴時晨登霊無昝之中到于三天之上日之正中爲白日鷄之始鳴爲登晨是以存太一混合多用鷄鳴及生氣時也九天九宮中有九神是謂天皇九魂變成九氣化爲九神。各治一宮故曰九宮太清中有太素太和洞房中有明堂絳宮是曰六府上曰天府下曰洞臺三五之號其位不同一曰太清之中則三五帝君二曰三一丹田神又五者符籍之神太一公子白元司命桃康君是也合而名爲三五三五各有宮室若三眞安在其宮五神上見帝君帝君左有元老丈人右有玄一老君此則無極之中所謂九君上一則眞一也九君所謂天之魂自然成眞之子也知精存九君深思三眞必能以兆一體周旋三五之中反覆七九之裏使天帝之靈魂常治在兆已五神奉籍周而復始必將白日登度何但不死而已

高上神霄經曰魂生無中布在九宮道出八極常遊絳宮三宮合化是爲紫房紫房所在先由明堂兆能知之當開金門金門洞房內也又曰混而合之出入帝方三五合一必成仙王此謂洞合之時三眞五神之道也帝方太清域也故大洞眞經中篇曰二老在左右方帝魂不可不分三九變其上下太一立其中根五神奉我生籍司命塞我死門九宮合而爲一六合惣而內眞也此言謂分別其宮室混合其變化此道是太上寶行長生根本立人之帝先爲道之元始生府之仙宗帝籍之祕章洞眞之奇妙九宮之要經也

九眞中經天上飛文

太上曰夫人生結精積氣受胎斂血所以凝骨吐津散布流液忽爾而立恍爾而成固爾而眞眖爾而生於是乃九神來入五藏玄生父母唯知生育之始而不覺神適其間也人

體有尊神其居無常展轉㳂輪流注元津此
神外來内結以立一身非如三魂七魄是積
靈受氣生於父母者也尊神有九宫名號曰
九真君分化上下轉形萬道子能修之則出
水入大五藏白生長齊隱栖以存其真此文
一名九真中經一名天上飛文一名外國放
品一名神州靈章雖有四號故書一耳
第一真法平旦大神在心内號曰天精君平
旦接手於兩膝上閉氣冥目内視存天精
君坐在心中使大神口出紫氣以繞心外
九重畢因叩齒九下咽液九過祝曰
天精大君來見心中身披朱衣頭巾丹冠左
佩神書右帶虎文口吐紫華養心凝魂赤藏
自生得爲飛仙
第二真法辰時大神分形盡百骨中號曰堅
玉君辰時接手兩膝上閉氣冥目内視存
堅玉君入坐一身諸百骨中使口出白炁
吐以澆骨九重畢因叩齒九下咽液九過
祝曰
堅玉大君來入骨中身披素衣頭巾白冠左

佩龍書右帶金真口吐白炁固骨凝蘇白骨
不朽筋亦不泯百節生華使我飛仙
第三真法巳時大神分形盡流入諸精血中
號曰元生君巳時接手兩膝上閉氣瞑目
内視存元生君周遊一身血脉精液之中
使口吐黃氣以纏孔脉外九重畢叩齒九
下咽液九過祝曰
元生大君周灌血軀身披黃衣頭巾紫元左
佩虎籙右帶龍書口吐黃津固血塡虚精盈
液溢九靈俱居使我飛仙天地同符
第四真法午時大神在肝中號曰青明君午
時接手於兩膝上閉氣瞑目内視存青明
大君入坐肝内使口吐青炁以繞肝九重
畢叩齒九下咽液九過祝曰
青明大君來入我肝身披青衣頭巾翠冠左
佩虎章右帶龍文口吐青氣養肝導神青藏
自生上爲天仙太一護精抱魄檢魂
第五真法未時大神在脾中號曰養光君未
時接手於兩膝上閉炁瞑目内視存養光
君入坐脾中使口吐緑炁以繞脾九重畢

叩齒九下咽液九過祝曰
養光大神來入脾中身披緑衣頭巾蓮冠左
佩玉鈴右帶威神口吐緑華養脾攝魂黄藏
自生上爲真人
第六真法申時大神在肺中號曰白元君申
時接手於兩膝上閉炁瞑目内視存白元
君入坐肺中使口吐五色炁以繞肺九重
畢叩齒九下咽液九過祝曰
白元大君來坐肺中身披龍衣黄晨華冠左
把皇籍右執靈篇左佩玄書右帶虎文口吐○
○五氣理肺和津白藏自生飛仙紫門
第七真法酉時大神分坐散形在兩腎中號
曰玄陽君酉時接手於兩膝上閉炁瞑目
内視存玄陽君入形並坐兩腎中使口吐
蒼氣以繞腎九重畢叩齒九下咽液九過
祝曰
玄陽大君入坐腎中身披紫衣頭巾扶晨左
佩龍符右帶鳳文口吐蒼華灌腎靈根黒藏
自生身爲飛仙北登玄闕遊行天關
第八真法戌亥時大神在膺中號曰合景君

戌亥時接手於兩膝上閉炁瞑目内視存
合景君入坐於膺中使口吐五色炁繞膺
九重畢叩齒九下咽液九過祝曰
合景大神來坐膺中身披錦衣頭戴紫冠左
佩神光右帶玉真口吐五氣養膺强魂和精
寳血理液固身使我上昇得爲飛仙
第九真法子時大神在頭洞房之中號曰無
英公子時手坐接手於兩膝上閉氣瞑目
内視存無英君坐在明堂之内洞房之中
使口吐紫氣繞頭九重畢又使吐紫氣繞○
○兩目内外九重畢又吐紫氣繞舌九重畢
又使吐紫氣繞齒九重畢凡四九三十六
繞氣使都畢叩齒三十六下咽液三十六
過祝曰
無英大君三元上神鎮守洞房宫在泥丸黄
闕金室化爲九真龍衣鳳帔紫翠青霜手把
真精頭巾華冠左佩玉映右帶虎文下坐日
月口吐紫烟周氣齒舌朝漑明辰出丹入虚
呼魄召魂凝精堅胎六合長歡上登太微得
補真宫

右九真之道畢矣則泥丸鎮塞目童長存五藏自生血脉保津若暫入太陰身經三官若則九真召魂太一守骸三元護炁太上攝魂骨肉不朽五藏不殞能死能生能陰能陽出虛入無天地俱生是道士精靜營形感致九真之氣應也三元飛精以盈虛太一抱我尸而反質微乎微乎深哉深哉閉氣使極吐氣使微妙出虛入無令其綿綿不自覺也

大洞迴風混合帝一之法

此法當六十日一行之耳皆須本命日用未中巳前夜半巳後二時隨意閑房自靜精心內觀凝神爽氣默然忘身存思念讀神名一周令守死關燒香左右令氣彌滿房室然後施行若身有病痛處皆當指呼其處神使治之也

迴風混合爲帝一之道以本命之日若不知本命當用甲子日也坐卧任意在所使安心密讀神名曰太微小童千景精字會元子一名三衿交一名對帝真恒守我舌本之下血液之府小童口出赤氣繞我一身舌本是死氣之門童子嚴固守之使生血液上灌泥丸泥丸堅明百神方正

太一尊神號務猶收字歸會昌一名解明一名寄頻恒守我玉枕之下泥丸後戶是死氣之門太一嚴固守之使泥丸入於真氣七世父母受仰玄之更生上籍玉皇重華萬寧

帝君廷陵梵字履昌靈一名七神一名神丈人恒守我兩眉中間紫戶之外宮紫戶之外宮是死氣之門帝君嚴固守之使華蓋入眉○間幷紫房七世父母罪解而福衛上登帝宮○

左無英公子玄元叔字合符子一名元素君一名神公子恒守我左腋之下肝之後戶肝之後戶是死氣之門神公子嚴固守之使左腋有玉光引神明入眼睛

右白元洞陽君鬱靈標字玄夷絕一名朱精一名啓成恒守我右腋之下肺之後戶肺之後戶是死氣之門白元君嚴固守之使右腋有金光引神明入六氣之宮七世反胎生一身登玉房中央司命丈人君理

明初字玄度卿一名神宗一名神靈華恒
守我絳宮心房之中四孔之戶四孔之戶
是死氣之門司命丈人君嚴固守之使心
中得其真理絳宮生五色華司命丈人口
吐紫雲氣洞溢我五藏內

命門桃君孩道康字合精延一名命王一名
胞根恒守我臍中之關命門外宮命門外宮
是死氣之門桃君孩道康嚴固守之使臍中
徘徊黃雲盈溢三命生根胞結解泄令我七
祖父母無閡累殃宿罪無滯世世度脫上生○
天帝宮

泥丸天帝君上一赤子玄凝天字三元先一
名伯無上一名伯史華恒守我泥丸中九孔
之戶九孔之戶是死炁之門上一天帝君嚴
固守之使泥丸玉堅金曜映真體生寶光九
孔受靈令我七祖父母世世受寧解脫宿罪
共登上清

絳宮心丹田宮中一元丹皇君神運珠字子
南丹一名生上伯一名央雲拘恒守我項中
之大椎骨首之戶骨首之戶是死炁之門中
一丹皇君神運珠嚴固守之使百骨受真氣
大椎有日光七祖父母獲自然之生道登仙
南極宮

命門下一黃庭元王始明精字元陽昌一名
嬰兒胎一名伯史原恒守我兩莞閭車軸下
戶車軸下戶是死炁之門黃庭元王嚴固守
之使百血踣凝神氣不散拔出地戶超度八
難

泥丸九真名帝昌上皇字先靈元宗恒守我
口之四際口之四際是死炁之門帝昌上皇
嚴固守之使精氣入故氣出神光隨身放光
萬丈七世父母罪脫禍除生帝君玉房中

膺中八真名合景君字北臺玄精恒守我背
之中膂之下節中骨之下節是死炁之門合
景君嚴固守之使背骨受生氣下節孔常閉
邪氣不干真光映形

兩腎七真名玄陽君字寶先先生恒守我背
窮骨地戶窮骨地戶是死炁之門玄陽君嚴
固守之使地戶伏生氣窮骨受神液六津調
滿生根深密

肺中六真名上元素玉君字梁南中童子恒
守我頸外十二關之梁十二關之梁是死炁
之門上元素玉君嚴固守之使上帝玉華映
神關之下玉晨之氣入丹元之宮七世父母
解散結滯受生太上之鄉
脾中五真名養光君字太昌子恒守我喉內
極根之戶喉內極根之戶是死炁之門養光
君嚴固守之使玉光金真照洞喉根太帝神
氣來往三宮之中
肝中四真名青明君字明輪童子恒守我胃
管之戶胃膜之下胃膜之下是死炁之門青
明君嚴固守之使三素之氣生華五停之神
侍衛出入玉液之津灌澤胃管
精血三真名元生君字黃寧子玄恒守我鼻
兩孔之下源兩孔之下源是死炁之門元生
君嚴固守之使精神宣暢於百節血液盈滿
於千關萬靈之氣輔護太一之魂保身
骨節二真名堅玉君字凝羽珠恒守我太倉
之府五腸之口五腸之口是死炁之門堅玉
君嚴固守之使黃庭香潔三尸滅絕中元之

炁常滿帝皇之光鬱鬱上衝泥丸敷散前胃
心中一真名天精液君字飛生上英恒守我
胷中四極之口四極之口是死炁之門天精
液君嚴固守之使五臟生華四關受真紫液
流於胷中絳炁結於百神上升玉天羽衣虎
卷十
十二
帬
九元之真男名拘制字三陽恒守我左耳之
下伏晨之戶伏晨之戶是死炁之門拘制三
陽嚴固守之使天聰發徹幽谷鮮明真炁雲
行往來泥丸
皇一之魂女名上歸字帝子恒守我右耳之
下伏晨之戶伏晨之戶是死炁之門上歸帝
子嚴固守之使幽明之光上朗泥丸太无之
音獨樂一身玄金雲鈞流徹太和
紫素左元君名賢蕃無刃字安來上恒守我
頭面之境使萬邪不侵千精滅亡又使紫雲
衛於泥丸太素墣於鼻孔景雲被於口齒玉
林聚於髮膚散七世之積尸解七祖之罪仇
上生天帝堂反真更受胎
黃素中元君名圖華黃刃字太張上恒守我

胃腹之境使鬼魔伏制三尸滅形又使黃雲散於支體金液充於太倉晨景之暉上華太眞之炁運光七世父母罪解受胎更生南宮

白素右元君名啓明蕭刃字金門上恒守我下關之境從小腹至脚底使三積宿穢無滯地尸土鬼沉滅又使明玉之液上陶於陰極神素金炁逆充於兩莞髀受九靈之潤脚生玄重之雲累祖解於冥罪七世散於禍根更生入南宮上晏入帝軒

日中司命君名接生守我左手月中桃君名方盈守我右手左目童子名飛雲右目童子名最嬰肺部童子名素明皆各守我兩目之童子備華蓋之上精五神固於五關睥光充於太明魔氣不入百會受靈

胎中一元白炁君名務玄子字育尚生太一精魂名玄歸子字威昌凡二神共守我五藏之上結喉之本戶結喉之本戶是死炁之門二神固密守之使三華之氣入帝一之府九明之津生六胎之下七玄散禍七祖解結身登眞堂併列太一

結中青炁君名棄延昌字合和嬰元君精魂名保谷童字明天凡二神共守我五藏之下大胃之上口大胃之上口是死炁之門二神固密守之使金液流匝玉華映魂神飴溢於窮腸帝炁充於九關七祖披釋於玄憂受更胎於玄仙上業結解下脘胞根

節中黑炁君名斌來生字精上門帝眞精魂名幽臺生字濰上生凡二神共守我九腸之口伏源之下伏源之下是死炁之門二神固密守之使太上之炁布散腹內太一之神迴行百骨體有玉光面保金澤七祖父母得解冥罪累業之先世世解結上生帝房入保飆室

胞中黃炁君名祖明車字神無極天帝精魂名理維藏字法珠凡二神共守我小腹之內二孔之本二孔之本是死炁之門二神固密守之使日月之根生於二戶之下五帝之炁充於極陰之室精華盈滿五液塡溢七祖父母反胎宿對之殃解結上生南宮神仙受炁

血中赤炁君名掘離子字叔火堅司命精魂

名發細子字慶玄凡二神共守我百關之血
絶節之下絶節之下是死炁之門二神固塞
守之使五常之液盈於六府靈瀾玉澤充於
血肉絶節不空地門塡塞七祖結散更生南
極我得玉仙合道保德

上玄元父君名高同生字左迴明下玄玄母
名叔火王字右迴光帝皇太一名重冥空字
幽寥無九帝尊神名日明眞字衆帝生太常
精魂名揚堂王字八靈天帝九關魂名録迴
道字絶冥天紀帝魂名照無阿字廣神凡七
○神守我本命之根本命之根胞胎大結常令○
胞囊玉清開明七祖反胎我命恒生三天同
符上與日并

右我之死門三十九處太上尊神皆已守
備之使口銜日光手執月明照我死門使
我長生我體常生讀大洞眞經金音仰丸
上入太無庭解結散禍拔脫七祖靈反胎
會南宮世世有玉名三塗滅根輪轉上清

三素老君名牢張上字神生道正一左仙仲
成子一名帝賓字四華正一右仙曲文子一
名光堅字靈和守我鼻下人中
中央玄一老子林靈天字靈時道守我陰莖
之端北方黑帝保成曷字北代守我膀胱中
西方白帝彰安幸字西華守我陰囊中南方
赤帝長來覺字南和守我口舌中東方青帝
彫梁際字清平守我五藏外凡五帝二老左
右仙備衛本命守我身祖宗解考福祚七玄
世世解結散除胞根胎精血光金液玉泉上
生南宮以爲帝賓我入八景廻駕瓊輪仰升
九天白日飛仙

○帝卿名肇勤精字中玄生一名趣非一名常○
扶皡宮中一名卿中光堅字四化靈一名幽
卑伯一名董史華黃庭下鄕卿名緣上明字
谷下玄一名奉申伯一名奉光生凡三帝卿
神衛我入帝一室保我本命於九天錄存祝
名都畢更開兩目存此百神變成白炁如白
烟之狀從玄虛中來入我口中鬱鬱良久覺
見白炁下從下部孔中出又從玉莖孔中出
又覺白炁從兩脚底兩手心中並出並冠繞
一軀上下手足混合一身與白氣同煙上下

不相見良久白炁忽復變色成紫雲鬱鬱又
從我口中入頭中及至五藏之間充滿腹内
良久紫雲又從兩足底兩掌心大孔玉莖孔
中出冠繞一軀鬱氣上下與紫雲相合不相
見也須臾存紫雲之炁充滿左右及一室之
内又存見口中出風炁之扇紫雲之煙紫雲
之煙乃迴轉更纒繞忽成一真人男形也如
始生之狀長四寸號曰大洞帝一尊君名父
寧在字合母精是守兕關之衆神徊風混化
共成此帝一之尊君也又存此尊君來入我
口中舌下又從舌下徑上升紫房六合宫平
坐外向尊君左手把兆五符右手把兆五籍
尊君口之左邊有日光徑九分尊君口之右
邊有月光徑一寸尊君口吐迴風之炁吹此
日月之光日月之光鬱鬱然或白色或黄色
令光炁下入兆五藏六府百節一身之内洞
徹朗然内外如白日之狀良久忘身忽然事
訖乃心祝曰
大洞帝一太素尊靈父寧母精二合雙成百
真一混一徊始生身結八煙變胎元嬰日月

寶光洞我軀形太一在上上與帝并泥丸保
玉五藏華明長合日月手執洞經位為仙公
晨升上清三十九章金符羽庭畢此是迴風
混合帝一之道也萬變百化洞真太一之法
極盡於此矣
夕夕常存大洞帝一尊君在兆鼻下人中中
央白日常存令在口内上齒之外鼻人中皮
内上脣之裏上齒之外尊神形皆當向外坐
立起居在意存之存尊君口中銜日光徑九
分照明萬丈洞明兆身夫一者帝之真一也
一之所變歸一者也讀洞經時亦存帝一尊
君在兆面前以尊神口對兆之口間令相向
聽我讀洞經之音以散七世之結焉
帝一尊君名父寧在字合母精日夕常憶之
勿忘辟萬試滅千患除惡魔致神仙也若兆
體中有疾痛不寧處急存帝一尊君令口吐
日光白炁薰我痛疾即愈帝一尊君形如始
生之男不著衣服身長四寸耳所謂大洞胎
始形之真也
本命日常當讀大洞真經三十九章一過能

恒誦習之大吉也須得萬徧大限充畢乃得駕自然之雲乘八光之龍千乘萬騎白日升仙矣萬徧既畢然後一歲一讀之耳上帝雲龍朏未來迎者不過七百日中忽在人間卒至便升天矣兆當堅守唯一混合五神精心迴風大會帝尊誦習洞經三十九章於是真仙之道畢矣雲龍之會審矣罪結之根散矣上祖獲福命矣兆勤之矣

雲笈七籤卷之三十

[illegible]

稟生受命

太微帝君太一造形紫元內二十四神回元經

太微帝君太一造形紫元內神二十四真人凝氣變生主仙上精散解胞結釋滯歸元二十四神所命乃得除脫也兆能修存名字者則紿鎮一身保守元精欲解節結之法當先祝之乃得開關耳此靈並是結氣之玄宗成體之具神運道雲霧帶生烟熅能致玉輦龍騎千萬列行同與一體白日登天此太一真人二十四神存玄元帝君上清乘飈歘之道也常當安身靜心正氣夷形閉目內視忘體念神燒香盥練存神守真髣髴三八嚮曜玄英行之十八年太上命太微帝君太一五神化生混靈道君從二十四真人千乘萬騎驂風攝雲呼吸流升白日造天存神之道勿交非類深室避事栖精躡空心存目想微妙守神靜魂安形則萬害不傷百鬼避氣千妖不

行消災散禍福慶不可勝紀先叩齒二十四
通畢乃存思
腦神名覺元子字道都形長一寸一分色正
髮神名玄文華字道衡形長二寸一分色玄
黃
皮膚神名通衆仲字道連形長一寸五分色
黃
目神名虛監生字道童形長三寸六分衣五
色
項髓神名靈謨蓋字道周形長五寸色白素
衣
膂神名益歷輔字道柱形長三寸半白玉素
衣
鼻神名冲龍玉字道微形長二寸五分青白
黃色衣
舌神名始梁峙字道岐形長七寸正赤色
右一身上部八景神童名字先存之並如嬰
兒之形髣髴在身各安其所訖乃叩齒八通
咽液八過而微祝曰
上景八神一合入身帝君玄母五神各陳舉

形遊化流變適眞千乘萬騎俱升帝晨白元
無英道養太賓入靈翼體玉華衛煙恍惚十
周徑造日門
初存思之始先三呼神名字祝訖又三呼神
名字令聲則出口三部同爾
平旦日中夜半三時恒存二十四神以次念
之祝呼如上法高上寶神明科經說曰叩齒
之法左左相叩名曰扣天鍾右右相叩名曰
搥天磬中央上下相對相叩名曰鳴天鼓若
卒遇凶惡不祥當扣天鍾三十通若經山碎
邪威神大祝當搥天磬若存思念道致眞招
靈當鳴天鼓叩齒雖一其實有左右上下也
故凶惡而畏天鍾之響山神而備天磬之動
招神而爾天鼓之震矣玄音有節希微內感
不可以一槩而求不可以偶然而合也千章
萬事皆當如此叩齒之道演矣鍾鼓之音別
矣是以道數不可乖錯法術不可雜亂乖錯
則有暗昧之敗雜亂則有毀毀之禍非冥冥
之無貫也行冥冥之無序則道之不可成事
之不可驗良由求眞之途不得也循迹蹤之

造而多穢于世俗矣扣天鐘三十過謂無他
祝祈行此以除不祥耳若有所案行隨本法
叩齒之多少不必須扣三十過也
喉神名百流放字道通形長八寸八分九色
衣
肺神名素靈生字道平形長八寸一分純白
心神名煥陽昌字道明形長九寸色赤
肝神名開君童字道青形長六寸色青黃
膽神名龍德拘字道放形長三寸六分色青
黃綠
左腎神名春元真字道卿形長三寸七分數
變白赤青五色無常
右腎神名象地無字道生形長三寸五分色
白或黑
脾神名寶元全字道騫形長七寸三分色正
黃
右一身中部八景神童名字次存之並如嬰
兒之形髣髴在身各安其所訖叩齒八通咽
液八過而微呪曰
中景八神四變九飛練魂正身明景回暉帝
君解結胎練四歸上通玄母散靈步威得與
八神合輦齊軿千乘萬騎上登太微
胃神名同來育字道展形長七寸色黃
窮腸中神名兆滕康字道還形長二寸四分
黃赤色
大小腸中神名蓬送留字道厨形長二寸一
分色赤黃
胴中神名受厚勃字道虛形長九寸一分九
色衣
胸膈神名廣瑛宅字道仲形長五寸色白
兩腸神名辟假馬字道成形長四寸一分赤
白色
左陰左陽神名扶流起字道圭形長二寸三
分青黃白色在男存為左陽在女存為左陰
右陰右陽神名苞表明字道生形長二寸三
分青黃白色在男存為右陽在女存為右陰
右一身下部八景神童名字後存之並如嬰
兒之形髣髴在身各安其所訖乃叩齒八通
咽液八過而微祝曰
下景八神散形化靈紫煙鬱生合元守精太

一元父帝君挺生七奕兒籍司命記生魂魄
以安五華育明千乘萬騎與我同升先造太
素北攝上清
道一內神名逮無馬字道袪生形長一寸二
分紫色男存曰道一內神女存曰真元中靈
右一神拯根之幽神守中之上靈也次又存
之如嬰兒之狀安坐其所訖乃叩齒二十四
通咽液二十四過而微祝曰
玄上內真養形侍晨總紐攝綱九度八旋斗
星內朗官館九陳帝君合昌九道七咽出液
內精和灌衆神五藏生華反老童顏千乘萬
騎與我昇天上朝太陛高揖玉晨
右一身寶名內字化生之精神也不知此名
則仙道不成矣若解結之日不先祝此者則
結節不解也結節不解必三魂失適上元內
嬰五老失明帝君乖錄也男存爲童子之神
女存爲女子之神俱同一名字也
存二十四神當以夜半去枕平臥握固放體
氣調而微微存思其身神安念帝君令髮鬚
居位閉目內視之如有不具便當燒香平坐
閉目握固兩膝上精存衆神祝行如法其平
旦日中時存神自平坐而行之勿令有見之
者矣皆內視瞑閉目而存也
月一日夜半存神訖又存兩目中有白無如
雞子大在面目前須臾變成兩明鏡徑九寸
以前後照我一體上二十四神使洞鑒分明
良久乃心祝曰
大明寶鏡分形散花鑒朗元神制却萬魔飛
行上清披雲巾羅役使千靈封山召河畢五
日一行之所謂覆校內精檢斂五神者也常
能行之災害不生而位登高仙
拂童之道使徹見帝君五神之法常以甲子
之旬庚午日日中時取清水一升以一銖真
丹投水中攪之左行三七過祝曰
玄流朱精生光八明身神衆列並來見形徹
視萬里中達九靈帝君映童使我上清祝畢
東向以洗目二七過恒行之者徹視萬神祝
當微言以水向月建洗目不常東向也
濟衆經
太上道君告普光真人曰五種烟熅聚而成

體會其宿業因而受識輪轉其神有其生也
因識受染流入惡緣處在昏衢居於闇界陰
蔽垢濁魔獄禁形長劫艱辛失於明性由是
展轉迷波苦海中未有一人求出離者普光
又問烟熅之理何處流來開界明性是誰爲
主神之與識何處稟形識神是一爲復二耶
是一不合二名是二各明何事爲善作惡不
審是誰若神之所爲則神妙無方既曰無方
則無過惡識爲惡者識當異神彼此罪罰何
容累及何以扶我聞神尊所說道品中善惡
兩業必由於神以是言之識有何罪臣之愚。
蒙實所不了伏惟哀愍有以教之則萬劫因
緣一切咸脩
太上道君告普光曰五無相結乃有烟熅爾
業生形因形能化性理和合是以爲物從識
生變神乃爲用識之與神不一不異何以故
法同源故體則是識五性相和用則爲神照
於境智神若無識何所用智識若無神不能
爲理譬猶荇菜而爲和羹五味相和何曾別
異無菜則味不獨擅無神則識不爲用是以

用神爲智味菜爲羹以此論之何曾有間衆
生執著是故無明悟則是明明無定處迷則
爲闇闇豈殊方深愛爲獄形乃被拘無愛無
受亦無所有譬如野外無人之鄉十二時神
何曾有地猶垣既至屋宇斯成四方之神以
効靈變故其屋宇諸神盡在衆生闇獄亦復
如是神之來也不知所從神之去也不知所
往惡業若成獄則爲業罪咎若盡亦不知無
且智有大小神有尊卑見神則曰無方一切
人應皆聖何以故同不同故普光真人汝今。
當知明闇神識盡於此也

說真父母

天尊言曰氣氣相續種種生緣善惡禍福各
有命根非天非地亦又非人正由心也心由
神也形非我有所以得生者從虛無自然中
來因緣寄胎受化而生我受胎父母亦非我
始生父母也真父母不在此父母貴重尊高
無上今所生父母我寄備因緣稟受養育之
恩故以禮報而稱爲父母焉故我受形亦非
我形也寄之爲屋宅因之爲營構以舍我也

附之以爲形示之以有無故得道者無復有形也及無身神也一身神並一則爲真身歸於始生父母而成道也

九真帝君九陰混合縱景萬化隱天訣

帝君九陰經曰欲變化分形隱淪八方匿亟藏影入室造冥來致萬物招制邪魅者當常齋修帝君九陰之精思也

北斗第一星中名太上宮宮中有帝君變隱逃九內妃名太一法恒字幸正扶著黃錦帔丹青飛帬頹雲髻○

○第二星中名中元宮宮中有帝君保胎化形內嬪名太一三寃字靡朱嬰著赤錦帔綠羽飛帬頹雲髻

第三星中名真元官宮中有帝君六遁七隱上元丹母名太一虛夷字仲雙光著青錦帔緗羽華飛帬頹雲髻

第四星中名紐幽官宮中有帝君匿景藏光中元內妃名太一七烈字横單槃著紫錦帔黃華羽帬頹雲髻

第五星中名綱神宮宮中有帝君變體易景斗中大女名太一鬱番字畸丘蘭著朱錦帔紫青飛帬頹雲髻

第六星中名紀明宮宮中有帝君隱迹散衆斗中中女名太一氣精字抱定陵著朱錦帔青緗飛帬頹雲髻

第七星中名關會宮宮中有帝君分景萬形斗中少女名太一郁壘字天凡著朱錦帔青華明羽帬頹雲髻

第八星中名帝席宮宮中有帝君化日月水○火斗中高皇左夫人名太一石啓珠字落茂○華著紫錦帔緗羽飛丹帬頹雲髻

第九星中名上尊宮宮中有帝君化金石山河斗中高皇右夫人名太一脩字雲育玄著綠錦帔翠羽華帬頹雲髻

右九帝君九星斗中宮隱妃九陰名字若祝說之時但說位號名字耳勿道著衣帔及頭髻下也子能知帝君九陰者升晨上天位爲上清真人兆在世終身不哭泣哭殃太陰之神衛從萬靈之精拜謁分形散變混合天

地此太陰九妃者乃帝君之陰宫神也兆行道觧結奉符上籍安魂制魄化生體神道炁延精以求長生而不知帝妃之名字行九陰以混合者亦萬不得仙也兩眉間却入一寸爲明堂明堂正方一寸帝君太陰九妃常居其中恒以月之偶日齋用生炁時燒香入别室坐卧任意瞑目良久存帝君安坐在太極紫房中又存太一五神在六合中又存北斗九星在心中又存太陰九妃在明堂中又存太微童子干景精對立帝君前童子左手把五符右手把五籍又存兆之形立童子後又存太陰九妃從明堂中上入太極紫房中以次横列立兆後又存太一五神從六合中上入太極紫房中以次横列立太陰九妃後都畢於是帝君衆神條欻一合大變共爲一人一人如嬰兒始生之狀名曰無常童子字變化左手把九星頭戴日口銜月童子以日月九星之光映爍兆一身内外洞徹自覺兆一身通赤如火之炎無復表裏表裏皆烱烱然也此爲帝君太一九陰混合變化萬形也良久畢叩齒二十四通咽液九過乃微祝曰

洞天神光回曜紫清玄陰九晨隱淪絶冥斗中夫人三女散形神妃内化萬物立成雷光雷激雲霧流零九變十化生丹起青太一九女合化混停無常總適淪虛館冥錦帔華袂紫羽飛帬左佩隱符右帶虎文銜火戴斗手把絶幡傍麾八風四掣景雲逍遥天綱化蕩七元斂伏山河巔回五辰日月塞暉列宿失真分形作百化軀入千在火爲火入林爲林居水爲水入山爲山所求忽至所召已前倏欻適心聘目立臻千種萬物隨心所言帝君在形太上玉晨無英同景四文白元永生天地保養我身口有所道隨意化遷玉童奉侍玉華執巾神妃獻香四真同軒事事物物皆如我言畢

雲笈七籤卷之三十一

[illegible]

雜修攝

養性延命錄 并序

夫禀氣含靈唯人爲貴人所貴者蓋貴於生生者神之本形者神之具神大用則竭形大勞則斃若能遊心虛靜息慮無爲候元氣於子後時導引於閑室攝養無虧兼餌良藥則百年耆壽是常分也如恣意以耽聲色役智而圖富貴得喪縈於懷抱躁撓未能自遣不拘禮度飲食無節如斯之流寧免夭傷之患也余因止觀微暇聊復披覽養生要集其集乃前彦張湛道林之徒翟平黃山之輩咸是好事英奇志在寶育或鳩集仙經眞人壽考之規或採摭彭祖李聃長齡之術上自農黃已來下及魏晉之際但有益於養生乃無損於後患諸本先皆記錄今略取要法刪棄繁蕪類聚篇題號爲養性延年錄庶補助於有緣冀憑以濟物耳

神農經曰食穀者智慧聰明食石者肥澤不老謂鍊五石也食之者延年不死食元氣者地不能埋天不能殺是故食藥者與天地相弊日月並列老君道經曰谷神不死河上公曰谷養也能養神不死神爲五藏之神肝藏魂肺藏魄心藏神腎藏精脾藏志五藏盡傷則五神去矣是謂玄牝言不死之道在於玄牝玄天也天於人爲鼻牝地也地於人爲口天食人以五氣從鼻入藏於心五氣清爲精神聰明音聲五性其鬼曰魂魂者雄也出入人身與天通故鼻爲玄也地食人以五味從口入藏於胃五味濁爲形骸骨肉血脈六情其鬼曰魄魄者雌也出入於口與地通故口與地通故口爲牝也玄牝之門是謂天地根根元也言鼻口之門乃是天地之元氣所從往來也綿綿若存鼻口呼吸喘息當綿綿微妙若可存復若無有也用之不勤用氣當寬舒不當急疾勤勞老君德經曰出生謂情欲出於五内魂定魄靜故生也入死謂情欲入於胷臆精散神惑故死也生之徒十有三死之徒十有三言生死之類各十有三謂九竅

四關也其生也目不妄視耳不妄聽鼻不妄
嗅口不妄言手不妄持足不妄行精不妄施
其死也反是人之生動之死地亦十有三人
欲求生動作反之十三之死地也夫何故以
其求生之厚所以動之死地者以其求生活
之太厚也違道反天妄行失紀蓋聞善攝生
者陸行不遇兕虎入軍不被甲兵兕無所投
其角虎無所措其爪兵無所容其刃夫何故
以其無死地焉以其不犯上十三之死地也
莊子養生篇曰吾生也有涯向秀曰生之所○
稟各有涯也而智也無涯嵇康曰夫不慮而
欲任之動也識而發感智之用也性動者遇
物而當足則無餘智從感而求倦而不已故
世之所患常在於智用不在性動也以有涯
隨無涯殆已郭象曰以有限之性尋無窮之
智安得而不困哉已而爲智者殆而已矣向
秀曰已困於智矣又爲以攻之者又殆矣莊
子曰達生之情者不務生之所無以爲向秀
曰生之所無以爲者性表之事也張湛曰生
理自全爲分外所爲此是以有涯隨無涯也

達命之情者不務智之所無奈何向秀曰命
盡而死者是張湛曰未生順之理窮所稟之
分豈智所奈何列子曰少不勤行壯不競時
長而安貧老而寡慾閑心勞形養生之方也
列子曰一體之盈虛消息皆通於天地應於
萬類張湛曰人與陰陽通氣和之於始和之
於終靜神滅想生之道也始終和則神志不
散老君妙真經曰人常失道非道失人人常
去生非生去人故養生者慎勿失道爲道者
慎勿失生使道與生相守生與道相保黃老○
經玄示曰天道施化與萬物無窮人道施化
形神消亡轉神施精精竭故衰形本生精精
生於神不以精施故能與天合德不與神化
故能與道同式玄示曰以形化者尸解之類
神與形離二者不俱遂象飛鳥入海爲蛤而
隨季秋陰陽之氣以氣化者生可冀也以形
化者甚可畏也嚴君平老君指歸曰遊心於
虛靜結志於微妙委慮於無欲歸指於無爲
故能達生延命與道爲久大有經曰或疑者
云始同起於無外終受氣於陰陽載形魄於

天地資生長於食息而有愚有智有強有弱
有壽有夭天耶人耶解者曰夫形生愚智天也
強弱壽夭人也天道自然人道自已始而胎
氣充實生而乳食有餘長而滋味不足壯而
聲色有節者強而壽始而胎氣虛耗生而乳
食不足長而滋味有餘壯而聲色自放者弱
而夭生長全足加之導養年未可量道機曰
人生而命有長短者非自然也皆由將身不
謹飲食過差淫泆無度忤逆陰陽魂神不守
精竭命衰百病萌生故不終其壽河圖帝視○
○萌曰侮天地者凶順天時者吉春夏樂山高
處秋冬居卑深藏吉利多福壽考無窮雒書
寶予命曰古人治病之方和以醴泉潤以元
氣藥不辛不苦甘甜多味常能服之津流五
藏繫之在肺終身無患孔子家語曰食肉者
勇敢而悍虎狼之類食氣者神明而壽仙人
靈龜是食穀者智慧而夭人也不食者不死
而神直仙倫息而無思慮傳曰雜食者百病
妖邪所鍾所食愈少心愈開年愈益所食愈
多心愈塞年愈損焉太史公司馬論曰夫神

者生之本形者生之具也神大用則竭形大
勞則斃神形早衰欲與天地長久非所聞也
故人所以生者神也神之所託者形也神形
離別則死死者不可復生離者不可復返故
乃聖人重之夫養生之道有都領大歸未能
具其會者但思每與俗反則闇踐勝轍獲過
半之功矣有心之徒可不察歟小有經曰少
思少念少欲少事少語少笑少愁少樂少喜
少怒少好少惡行此十二少乃養生之都契
也多思則神怠多念則志散多欲則損智多○
○事則形疲多語則氣爭多笑則傷藏多愁則
心懾多樂則意溢多喜則忘錯昏亂多怒則
百脉不定多好則專迷不治多惡則焦煎無
歡此十二多不除喪生之本也無多者幾乎
真人大計奢懶者壽慳勤者夭放散劬勞之
異也田夫壽膏粱夭嗜慾多少之驗也處士
少疾遊子多患事務繁簡之殊也故俗人競
利道士罕營胡昭曰目不欲視不正之色耳
不欲聽醜穢之言鼻不欲向羶腥之氣口不
欲嘗毒辣之味心不欲謀欺詐之事此辱神

損壽又居常而歎息晨夜而吟嘯不止來邪也夫常人不得無欲又復不得無事但當和心少念靜慮先去亂神犯性之事此則嗇神之一術也黃庭經曰玉池清水灌靈根審能修之可長存名曰飲食自然自然者則是華池華池者口中唾也呼吸如法咽之則不飢也老君尹氏內解曰唾者漱爲醴泉聚爲玉漿流爲華池散爲精汋降爲甘露故曰爲華池中有醴泉漱而咽之溉藏潤身流利百脉化養萬神肢節毛髮宗之而生也中經曰靜○

者壽躁者夭靜而不能養減壽躁而能養延年然靜易御躁難持盡順養之宜者則靜亦可養躁亦可養韓融元長曰酒者五穀之華味之至也亦能損人然美物難將而易過養性所宜慎之邵仲堪曰五穀充肌體而不能益壽百藥療疾延年而不能甘口充肌甘口者俗人之所珍苦口延年者道士之所貴素問曰黃帝問岐伯曰余聞上古之人春秋皆百歲而動作不衰謂血氣猶盛也今時之人年始半百動作皆衰者時世異耶將人之失

耶岐伯曰上古之人其知道者法則陰陽和於術數房中交接之法飲食有節起居有度不妄動作故能形與神俱盡終其天命壽過百歲今時之人則不然以酒爲漿以妄爲常醉以入房以慾竭其精以好散其真不知持滿不時御神務快其心逆於陰陽治生起居無節無度故半百而衰也老子曰人生大期百年爲限節護之者可至千歲如膏之用小炷與大耳衆人大言而我小語衆人多煩而我少記衆人悖暴而我不怒不以人事累意○

不脩君臣之義淡然無爲神氣自滿以爲不死之藥天下莫我知也無謂幽冥天知人情無謂闇昧神見人形心言小語鬼聞人聲犯禁滿千地收人形人爲陽善正人報之人爲陰善鬼神報之人爲陽惡正人治之人爲陰惡鬼神治之故天不欺人依以影地不欺人依以響老君曰人修善積德而遇其凶禍者受先人之餘殃也犯禁爲惡而遇其福者蒙先人之餘福也名醫叙病論曰世人不終耆壽咸多夭殁者皆由不自愛惜忿爭盡意遨

名射利聚毒攻神內傷骨髓外乏筋肉血氣將無經脉便壅內裏空疎惟招衆疾正氣日衰邪氣日盛矣不異舉滄波以注爝火頹華嶽而斷消流語其易也甚於茲矣彭祖曰道不在煩但能不思衣不思食不思聲不思色不思勝不思負不思失不思得不思榮不思辱心不勞形不極常導引內氣息但爾可得千歲欲長生無限者當服上藥仲長統曰蕩六情之者有心而不以之思有口而不以之言有體而不以之安安之而能遷樂之而不愛以之圖之不知日之益也不知物之易也。彭祖老聃庶幾不然彼何為與人者同類而與人者異壽陳紀元方曰百病橫夭多由飲食飲食之患過於聲色聲色可絕之踰年飲食不可廢之一日為益亦多為患亦切多則切傷少則增益張湛云凡貪權勢者雖不中邪精神內傷身必死亡非妖孽外侵直由氷炭內煎則自崩傷中嘔血始富後貧雖不中邪皮焦筋出委辟為攣貪富之於人利害猶於權勢故病疹損於形骸動勝寒靜勝熱能動

能靜所以長生精氣清淨乃與道合莊子曰真人其寢不夢慎子云晝無事者夜不夢張道人年百數十甚翅壯也云養性之道莫久行久坐久卧久聽莫強食飲莫大醉莫大愁憂莫大哀思此所謂能中和能中和者必久壽也仙經曰我命在我不在於天但愚人不能知此道為生命之要所以致百病風邪者皆由恣意極情不知自惜故虛損生也譬如枯朽之木遇風即折將崩之岸值水先頹今若不能服藥但知愛精節情亦得一二百年壽也。張湛養生集叙曰養生大要一曰嗇神二曰愛氣三曰養形四曰導引五曰言語六曰飲食七曰房室八曰反俗九曰醫藥十曰禁忌過此以往義可略焉青牛道士言人不欲使樂樂人不壽但當莫强為力所不任舉重引強掘地苦作倦而不息以致筋骨疲竭耳然勞苦勝於逸樂也能從朝至暮常有所為使之不息乃快但覺極當息息復為之此與導引無異也夫流水不腐戶樞不朽者以其勞動數故也飽食不用坐與卧欲得行步

務作以散之不爾使人得積聚不消之疾及手足痺蹙面目黧皺必損年壽也皇甫隆問青牛道士（青牛道士姓封字君達其養性法則可施用）大略云體欲常勞食欲常少勞無過極少無過虛去肥濃節鹹酸減思慮損喜怒除馳逐慎房室武帝行之有効彭祖曰人受氣雖不知方術但養之得理常壽一百二十歲不得此者皆傷之也少復曉道可得二百四十歲復微加藥物可得四百八十歲（嵇康亦云道養得理上可壽千歲下可壽百歲）。

彭祖曰養壽之法但莫傷之而已夫冬溫夏涼不失四時之和所以適身也重衣厚褥體不堪苦以致風寒之疾厚味脯腊醉飽厭飫以致聚結之疾美色妖麗嬪妾盈房以致虛損之禍淫聲哀音怡心悅耳以致荒耽之惑馳騁遊觀弋獵原野以致荒狂之失謀得戰勝兼弱取亂以致驕逸之敗蓋聖賢戒失其理也然養生之具譬猶水火不可失適反為害耳彭祖曰人不知道經服藥損傷血氣不足內理空踈髓腦不實內已先病故為外物所犯風寒酒色以發之耳若本充實豈有病乎仙人曰罪莫大於淫禍莫大於貪咎莫大於讒此三者禍之車小則危身大則危家若欲延年少病者誠勿施精施精命夭殘勿大溫消骨髓勿大寒傷肌肉勿咳唾失肌汁勿卒呼驚魂魄勿久泣神悲感勿恚怒神不樂勿念內志恍惚能行此道可以長生

雜戒忌禳災祈善

久視傷血久臥傷氣久立傷骨久行傷筋久坐傷肉遠思強健傷人憂恚悲哀傷人喜樂過差傷人忿怒不解傷人汲汲所願傷人戚戚所患傷人寒暖失節傷人陰陽不交傷人凡交須依導引諸術若能避衆傷人事而復曉陰陽之術則是不死之道大樂氣飛揚大愁氣不通用精令人氣力乏多睡令人目盲多唾令人心煩貪美食令人洩痢俗人但知貪於五味不知有元氣可飲聖人知五味之毒焉故不貪知元氣可服故閉口不言精氣息應也唾不咽則氣海不潤氣海不潤則津液乏是以服元氣飲醴泉乃延年之本也沐

浴無常不吉夫婦同浴不吉新沐浴及醉飽
遠行歸還大疲倦並不可行房室之事生病
切慎之丈夫勿頭北向卧令人神不安多愁
忘勿跂井今古大忌若見十步地牆勿順牆
坐卧被風吹發癲癇疾勿怒目久視日月使
目睛失明凡大汗勿脫衣不慎多患偏風半
身不遂新沐浴訖不得露頭當風不幸得大
風刺風疾偏寒來勿面臨火上成癎起風眩
頭痛勿跂床懸脚久成血痺足重腰疼凡脚
汗勿入水作骨痺亦作遁疾久忍小便膝冷○
○兼成冷痺凡食熱物汗出勿盪風發痓頭痛
令人目澁饒睡凡欲眠勿歌詠不祥眠起勿
大語損人氣凡飛鳥投人不可食鳥若開口
及毛下有瘡並不可食之凡熱泔洗頭冷水
濯成頭風凡人卧頭邊勿安火鑪令人六神
不安冬日温足凍腦春秋腦足俱凍此乃聖
人之常法也凡新哭泣訖便食即成氣病夜
卧勿覆頭婦人勿跂竈坐大忌凡唾不用遠
遠即成肺病令人手重背疼咳嗽凡人魇勿
點燈照定魇死暗喚之即吉亦不可近前及

急喚凡人卧勿開口久成病渴并失血色凡
旦起勿以冷水開目洗面令人目澁失明饒
淚凡行途中觸熱逢河勿洗面生烏䵟人睡
訖忽覺勿飲水更卧成水痺凡時病新汗解
勿飲冷水損人心腹不平復凡空腹不可見
聞臭屍氣入鼻令人成病凡欲見死屍皆須
先飲酒及咬蒜辟毒氣凡小兒不用令指月
兩耳後生瘡欲斷名月蝕瘡搗蝦蟆末傅即
差并别餘瘡並不生凡產婦不可見狐臭人
善令產婦著腫凡人卧不用隱膊下令人六
神不安凡卧春夏欲得頭向東秋冬頭向西○
有所利益凡丈夫飢欲得坐小便飽則立小
便令人無病凡人睡欲得屈膝側卧益人氣
力凡卧欲得數轉側語笑欲令至少莫令聲
高大春欲得瞑卧早起夏秋欲得侵夜卧早
起冬欲得早卧晏起皆有所益雖云早起莫
在雞鳴前晏起莫在日出後冬日天地閉陽
氣藏人不欲作勞出汗發洩陽氣損人新沐
浴訖勿當風結髻勿以濕髻卧使人患頭風
眩悶髮禿面腫齒痛耳聾濕衣及汗衣皆不

可著久令發瘡及惡風者君曰正月旦中庭向寅地再拜呪曰某甲年年受大道之恩太清玄門願還某甲去歲之年男女皆三通自呪常行此道延年玄女有清神之法淮南有祠竈之規咸欲體合眞靈護生者也仙經秘要常存念心中有氣大如鷄子內赤外黃辟衆邪延年也欲却衆邪百鬼常存念爲炎火如斗煌煌光明則百邪不敢干人可入瘟疫之中暮卧常存作赤氣在外白氣在內以覆身辟衆邪鬼魅老君曰凡入求道勿犯五逆六不祥有犯者凶大小便向西一逆向北二逆向日三逆向月四逆仰視天及星辰五逆夜起裸形一不祥旦起嗔恚二不祥向竈罵詈三不祥以足向火四不祥夫妻晝合五不祥怨恚師父六不祥凡人旦起常言善事天與之福凡言奈何歌嘯名曰請禍愼勿上牀卧歌凶始卧伏卧牀凶飲食伏牀凶以匙筯擊盤上凶司陰之神在人口左人有陰禍司陰白之於天天則考人魂魄司殺之神在人口右人有惡言司殺白之於司命司命記之罪滿即殺二神監口惟向人求非安可不愼言舌者身之兵革善惡由之而生故道家所忌飮玉泉者令人延年除百病玉泉者口中唾也鷄鳴平旦日中晡時黃昏夜半一日一夕凡七漱玉泉飮之每飮輙滿口咽之延年髮血之窮齒骨之窮爪筋之窮千過梳髮髮不白朝夕啄齒齒不齲爪不數截筋不替人常數欲照鏡謂之存形形與神相存此其意也若矜容顏色自愛翫不如勿照凡人常以正月一日二月二日三月三日四月八日五月一日六月二十七日七月十一日八月八日九月二十一日十月十四日十一月十一日十二月三十日但常以此日取枸杞菜煑作湯沐浴令人光澤不病不老月蝕宜救人除殃活萬人與天同功天不好殺聖人則之知不好之者是助天地長養故招勝福善夢可說惡夢黙之則使之延命也

服氣療病

元陽經曰常以鼻內氣含而漱滿舌料脣齒咽之一日一夜得千咽甚佳當少飮食多則

氣逆百脉閉百脉閉則氣不行氣不行則生
病玄末曰志者氣之帥也氣者體之充也善
者遂其生惡者喪其形故行氣之法少食自
節動其形和其氣志意專一固守中外上下
俱閉神周形散調暢四溢修守關元滿而足
實因之而衆邪自出彭祖曰常閉氣內息從
平旦至日中乃跪坐拭目摩搦身體舐脣咽
唾服氣數十乃起行言笑其偶有疲倦不安
便導引閉氣以攻所患必存其身頭面九竅
五藏四肢至于髮端皆令所在覺其氣雲行
○
體中起於鼻口下達十指末則澄和真神不
須針藥灸刺凡行氣欲除百病隨所在作念
之頭痛念頭足痛念足和氣往攻之從時至
時便自消矣時氣中冷可閉氣以取汗汗出
周身則解矣行氣閉氣雖是治身之要然當
先達解其理趣又宜空虛不可飽滿若氣有
結滯不得空流或致瘡癤譬如泉源不可壅
遏若食生魚生菜肥肉及喜怒憂恚不除而
以行氣令人發上氣凡欲學行氣皆當以漸
劉安曰食生吐死可以長存謂鼻內氣爲生

也凡人不能服氣從朝至暮常習不息徐而
舒之但令鼻內口吐所謂吐故納新也服氣
經曰道者氣也保氣則得道得道則長存神
者精也保精則神明神明則長生精者血脉
之川流守骨之靈神也精去則骨枯骨枯則
死矣是以爲道務寶其精從夜半至日中爲
生氣從日中後至夜半爲死氣當以生氣時
正偃卧瞑目握固（握固者如嬰兒之捲手以
四指押大母指也）閉氣不息於心中數至二
百乃口吐氣出之日增息如此身神具五藏
○
安能閉氣至二百五十息華蓋明華蓋明則
耳目聰明舉身無病邪不忓人也凡行氣以
鼻內氣以口吐氣微而引之名曰長息內氣
有一吐氣有六內氣一者謂吸也吐氣六者
謂吹呼唏呵噓呬皆出氣也凡人之息一呼
一吸元有此數欲爲長息吐氣之法時寒可
吹溫可呼委曲治病吹以去熱呼以去風唏
以去煩呵以下氣噓以散滯呬以解極凡人
極者則多噓呬道家行氣多不欲噓呬噓呬
者長息之心也此男女俱存法法出於仙經

行氣者先除鼻中毛所謂通神之路若天惡風猛大寒大熱時勿取氣明醫論云疾之所起自生五勞五勞既用二藏先損心腎受邪府藏俱病五勞者一曰志勞二曰思勞三曰心勞四曰憂勞五曰疲勞五勞則生六極一曰氣極二曰血極三曰筋極四曰骨極五曰精極六曰髓極六極即爲七傷七傷故變爲七痛七痛爲病令人邪氣多正氣少忽忽喜怒悲傷不樂飲食不生肌膚顏色無澤髮白枯槁甚者令人得大風偏枯筋縮四肢拘急○攣縮百關隔塞羸瘦短氣腰脚疼痛此由早○娶用精過差血氣不足極勞之所致也凡病之來不離於五藏事須識相若不識者勿爲之耳心藏病者體有冷熱呼吸二氣出之肺藏病者胷膈脹滿噓出之脾藏病者體上遊風習習身痒疼悶唏氣出之肝藏病者眼疼愁憂不樂呵氣出之已上十二種調氣法但常以鼻引氣口中吐氣當令氣聲逐字吹呼噓呵唏呬吐之若患者依此法皆須恭敬用心爲之無有不差此即愈病長生要術也

導引按摩

導引經云清旦未起啄齒二七閉目握固漱滿唾三咽氣尋閉而不息自極極乃徐徐出氣滿三止便起狼踞鴟顧左右自摇曳不息自極復三便起下床握固不息頓踵三還上一手下一手亦不息自極三叉叉手項上左右自了戾不息復三又伸兩足及叉手前却自極復三皆當朝暮爲之能數尤善平旦以兩掌相摩令熱熨眼三過次又以指按目四眥令人目明按經云拘魂門制魄戶名曰握○固與魂魄安門戶也此固精明目留年還魄之法若能終日握之邪氣百毒不得入(握固法屈大拇指於四小指下把之積習不止眠中亦不復開一說云令人不遭魔魅内解)云一曰精二曰唾三曰淚四曰涕五曰汗六曰溺皆所以損人也但爲損者有輕重耳人能終日不涕唾隨有漱滿咽之若恒含棗核咽之令人受氣生津液此大要也(謂取津液非咽核也)常每旦啄齒三十六通能至三百彌佳令人齒堅不痛次則以舌漱滿口中

津液咽之三過止次摩指少陽令熱以熨目滿二七止令人目明每旦初起以兩手掩兩耳極上下熱挼之二七止令人耳不聾次又啄齒漱玉泉三咽縮鼻閉氣右手從頭上引左耳二七復以左手從頭上引右耳二七止令人延年不聾次又引兩鬢髮舉之一七則總取髮兩手向上極勢抬上一七令人血氣通頭不白又法摩手令熱以摩面從上至下去邪氣令人面上有光彩又法摩手令熱摩身體從上至下名曰乾浴令人勝風寒時氣

○熱頭痛百病皆除夜欲臥時常以兩手揩摩身體名曰乾浴辟風邪峻坐以左手托頭仰右手向上盡勢托以身并手振動三右托頭振動亦三除人睡悶平旦日未出前面向南峻坐兩手托䏶盡勢振動三令人面有光澤生旦起未梳洗前峻坐以左手握右手於左䏶上前卻盡勢挼左䏶三又以右手握左手於右䏶上前卻挼右䏶亦三次又兩手向前盡勢推三次又又兩手向胷前以兩肘向前盡勢三次直引左臂捲曲右臂如挽一斛五斗弓勢盡力為之右手挽弓勢亦然次以右手托地左手仰托天盡勢右亦然次捲兩手向前築各三七次捲左手盡勢向背上握指三右手亦如之療背膊臂肘勞氣數為之彌佳平旦便轉訖以一長柱杖策腋垂左腳於床前徐峻盡勢掣左腳五七迴右亦如之療腳氣疼悶腰腎冷氣冷痺及膝冷並主之日夕三掣彌佳勿大飽及忍小便掣如不用柱杖但遣所掣腳不著地手扶一物亦得晨夕梳頭滿一千梳大去頭風令人髮不白梳訖

○以鹽花及生麻油搓頭頂上彌佳如有神明膏搓之甚佳旦欲梳洗時叩齒一百六十隨有津液便咽之訖以水漱口又更以鹽末揩齒即含取微酢清漿半小合許熟漱取鹽湯吐洗兩目訖以冷水洗面不得遣冷水入眼中此法齒得堅淨目明無淚永無䘌齒平旦洗面時漱口訖咽一兩咽冷水令人心明淨去胷臆中熱譙國華佗善養性弟子廣陵吳普彭城樊阿授術於佗佗嘗語普曰人體欲得勞動但不當使極耳人身常搖動則穀氣

消血脉流通病不生譬猶戶樞不朽是也古之仙者及漢時有道士君倩者爲導引之術作猨經鴟顧引挽腰體動諸關節以求難老也吾有一術名曰五禽戲一曰虎二曰鹿三曰熊四曰猨五曰鳥亦以除疾兼利手足以當導引體中不快因起作一禽之戲遣微汗出即止以粉塗身即身體輕便腹中思食吳普行之年九十餘耳目聰明牙齒堅完喫食如少壯也虎戲者四肢距地前三擲却二擲長引腰乍却仰天即返距行前却各七過也○鹿戲者四肢距地引項反顧左三右二左右伸脚伸縮亦三亦二也熊戲者正仰以兩手抱膝下舉頭左僻地七右亦七蹲地以手左右托地猨戲者攀物自懸伸縮身體上下一七以脚拘物自懸左右七手鉤却立按頭各七鳥戲者雙立手翹一足伸兩臂揚眉鼓力右二七坐伸脚手挽足距各七縮伸二臂各七也夫五禽戲法任力爲之以汗出爲度有汗以粉塗身消穀食益除百病能存行之者必得延年又有法安坐未食前自按摩以兩手相叉伸臂股導引諸脉勝於湯藥正坐仰天呼出飲食醉飽之氣立消夏天爲之令人涼矣

雲笈七籤卷之三十二

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房編進

雜修攝

攝養枕中方

太白山處士孫思邈　撰

夫養生繕性其方存於卷者甚衆其或幽微秘密疑未悟之心至於澄神內觀遊玄採真故非小智所及常思所尋設能及之而志不能守之事不從心術即不驗誠由前之誤交切而難遣攝衛之道賒遠而易違是以混然同域絕而不思者也嵇叔夜悟之大得論之○未備所以將來志士覽而懼焉今所撰錄並在要典事雖隱秘皆易知易為以補斯闕其學者不違情欲之性而俯仰可從不棄耳目之翫而顧眄可法旨約而用廣業少而功多余研覈方書蓋亦久矣搜求秘道略無遺餘自非至妙至神不入茲錄誠信誠効始冠于篇段其弘益以貽後代苟非其道慎勿虛傳傳非其人殃及三世凡著五章為一卷與我同志者寶而行之云爾

自慎

夫天道盈缺人事多屯居處屯危不能自慎而能兗濟者天下無之故養性之士不知自慎之方未足與論養生之道也故以自慎為首焉夫聖人安不忘危恒以憂畏為本營無所畏忌則庶事隳壞經曰人不畏威則大威至矣故以治身者不以憂畏朋友遠之治家者不以憂畏奴僕侮之治國者不以憂畏鄰境侵之治天下者不以憂畏道德去之故憂畏者生死之門禮教之主存亡之由禍福之本吉凶之元也是故仕無憂畏則身名不立○農無憂畏則稼穡不滋工無憂畏則規矩不設商無憂畏則貨殖不廣子無憂畏則孝敬不篤父無憂畏則慈愛不著臣無憂畏則勳庸不建君無憂畏則社稷不安養性者失其憂畏則心亂而不治形躁而不寧神散而氣越志蕩而意昏應生者死應死者亡應成者敗應吉者凶其憂畏者其猶水火不可暫忘也人無憂畏子弟為勍敵妻妾為寇仇是以太上畏道其次畏物其次畏人其次畏身故

憂於身者不拘於人畏於己者不制於彼慎於小者不懼於大戒於近者不悔於遠能知此者水行蛟龍不得害陸行虎兕不能傷處世謗讟不能加善知此者萬事畢矣夫萬病横生年命横夭多由飲食之患飲食之患過於聲色聲色可絕之踰年飲食不可廢於一日為益既廣為患亦深且滋味百品或氣勢相伐觸其禁忌更成沉毒緩者積年而成病急者災患而卒至也

○凡夏至後迄秋分勿食肥膩餅臛之屬此與酒漿果瓜相妨或當時不覺即病入秋節變生多諸暴下皆由涉夏取冷太過飲食不節故也而或者以病至之日便為得病之初不知其所由來者漸矣欲知自慎者當去之於微也夫養性者當少思少念少欲少事少語少笑少愁少樂少喜少怒少好少惡行此十二少者養生之都契也多思則神殆多念則志散多欲則損智多事則形勞多語則氣爭多笑則傷藏多愁則心懾多樂則意溢多喜則忘錯昏亂多怒則百脉不定多好則專迷不理多惡則憔悴無歡此十二多不除喪生之本也唯無多無少幾乎道也故處士少疾遊子多患繁簡之殊也是故田夫壽膏粱夭嗜欲多少之驗也故俗人競利道士罕營夫常人不可無欲又復不可無事但約私心約狂念靖躬損思則漸漸自息耳封君達云體欲常勞食欲常少勞勿過極少勿過虛恒去肥濃節鹹酸減思慮損喜怒除馳逐慎房室春夏施瀉秋冬閉藏又魚膾生肉諸腥冷之物此多損人速宜斷之彌大善也心常念善

○不欲謀欺詐惡事此大辱神損壽也

彭祖曰重衣厚褥體不堪苦以致風寒之疾甘味脯腊醉飽饜飫以致疝結之病美色妖麗以致虛損之禍淫聲哀音怡心悅耳以致荒耽之惑馳騁遊觀弋獵原野以致發狂之迷謀得戰勝取亂兼弱以致驕逸之敗斯蓋聖人戒其失理可不思以自勗也

夫養性之道勿久行久坐久聽久視不強食不強飲亦不可憂思愁哀飢乃食渴乃飲食止行數百步大益人夜勿食若食即行約五

里無病損日夕有所營爲不住爲佳不可至疲極不得大安無所爲也故曰流水不腐户樞不蠹以其勞動不息也

想爾曰想爾蓋仙人名勿與人爭曲直當減人筭壽若身不寧反舌塞喉漱漏咽液無數須臾即愈道人疾閉目内視使心生火以火燒身燒身令盡存之使精神如髣髴疾即愈若有痛處皆存其火燒之秘驗

仙經禁忌

凡甲寅日是尸鬼競亂精神躁穢之日不得與夫妻同席言語面會必當清淨沐浴不寢警備也

凡服藥物不欲食蒜石榴猪肝犬肉

凡服藥勿向北方大忌

凡亥子日不可唾減損年壽

凡入山之日未至百步先却百步足反登山山精不敢犯人

凡求仙必不用見尸

又忌三月一日不得與女人同處

仙道忌十敗

一勿好淫二勿爲陰賊凶惡三勿酒醉四勿穢慢不淨五勿食父命本命肉六勿食己本命肉七勿食一切肉八勿食生五辛九勿殺一切蜫蟲衆生十勿向北大小便仰視三光

仙道十戒

勿以八節日行威刑勿以晦朔日怒勿以六甲日食鱗甲之物勿以三月三日食五藏肉百草心勿以四月八日殺伐樹木勿以五月五日見血勿以六月六日起土勿以八月四日市附足之物勿以九月九日起牀席勿以八節日雜處

學仙雜忌

若有崇奉六天及事山川魔神者勿居其室勿饗其饌

右已上忌法天人大戒或令三魂相嫉七魄流競或胎神所憎三官受惡之時也若能奉修則爲仙材不奉修失禁則爲傷敗

夫陰丹内御房中之術七九朝精吐納之要六一迴丹雄雌之法雖獲仙名而上清不以比德雖均至化而太上不以爲高未弘至道

豈覩玄關勿覩經孕婦女時醻華池酣𥁞自樂全真獨卧古之養生尤須適意不知秘術詎可怡手勿抱嬰兒仙家大忌

夫建志內學養神求仙者常沐浴以致靈氣

如學道者每事須令密泄一言一事輙減一筭一筭三日也

凡咽液者常閉目內視學道者常當別處一室勿與人雜居著淨衣燒香

凡書符當北向勿雜用筆硯

凡耳中忽聞啼呼及雷聲鼓鳴若鼻中聞臭○氣血脛者並凶兆也即燒香沐浴齋戒守三○元帝君求乞救護行陰德為人所不能為行人所不能行則自安矣

夫喜怒損志哀樂害性榮華惑德陰陽竭精皆學道之人大忌仙法之所疾也

夫習真者都無情慾之惑男女之想也若丹白存於胸中則真感不應靈女上尋不降陰氣所接永不可以修至道吾常恨此賴改之速耳所以真道不可以對求要言不可以偶聽慎之哉

導引

常以兩手摩拭一面上令人有光澤斑皺不生行之五年色如少女摩之令二七而止卧起平氣正坐先叉手掩項目向南視上使項與手爭為之三四使人精和血脉流通風氣不入行之不病又屈動身體四極反張側掣宣搖百關為之各三

又卧起先以手內著摩帛拭項中四面及耳後周匝熱溫溫如也順髮摩頂良久摩兩手以治面目久久令人目自明邪氣不干都畢○咽液三十過導內液咽之又欲數按耳左右○令無數令耳不聾鼻不塞

常以生氣時咽液二七過按體所痛處每坐常閉目內視存見五藏六腑久久自得分明了了

常以手中指按目近鼻兩眥兩眥目睛明也閉氣為之氣通乃止周而復始行之周視萬

常以手按兩眉後小穴中此處目之通氣者也三九過又以手心及指摩兩目及顴上又

以手旋耳各三十過皆無數時節也畢以手逆乘額上三九過從眉中始乃上行入髮際中常行之勿語其狀久而上仙修之時皆勿犯華蓋華蓋眉也

行氣

凡欲求仙大法有三保精引氣服餌凡此三事亦階淺至深不遇至人不涉勤苦亦不可卒知之也然保精之術列叙百數服餌之方略有千種皆以勤勞不強為務故行氣可以治百病可以去瘟疫可以禁蛇獸可以止瘡血可以居水中可以辟飢渴可以延年命其大要者胎息而已胎息者不復以口鼻噓吸如在胞胎之中則道成矣

夫善用氣者噓水水為逆流噓火火為滅炎噓虎豹虎豹為之伏匿噓瘡血瘡血則止聞有毒蟲所中雖不見其人便遥為噓呪我手男左女右彼雖百里之外皆愈矣又中毒卒病但吞三九九當作九之氣亦登時善也但人性多躁少能安靜所以修道難成

凡行氣之道其法當在密室閉戶安牀暖席枕高二寸半正身偃卧瞑目閉氣自止於胸膈以鴻毛著鼻上毛不動經三百息耳無所聞目無所見心無所思當以漸除之耳若食生冷五辛魚肉及喜怒憂恚而引氣者非止無益更增氣病上氣放逆也不能閉之即稍學之初起三息五息七息九息而一舒氣更翕之能十二息氣是小通也百二十息不舒氣是大通也此治身之大要也常以夜半之後生氣時閉氣以心中數數令耳不聞恐有誤亂以手下籌能至於千即去仙不遠矣

凡吐氣令人多出少入恒以鼻入口吐若天大霧惡風猛寒勿行氣但閉之為要妙也

彭祖曰至道不煩但不思念一切則心常不勞又復導引行氣胎息真爾可得千歲更服金丹大藥可以畢天不朽清齋休糧存日月在口中晝存日夜存月令大如環日赤色有紫光九芒月黃色有白光十芒存咽服光芒之液常密行之無數若修存之時恒令日月還面明堂中日在左月在右令二景與目瞳合氣相通也所以倚運生精理利魂神六丁

奉侍天兵衛護此真道也凡夜行及眠卧心
有恐者存日月還入明堂中須臾百邪自滅
山居恒爾凡月五日夜半存日象在心中日
從口入使照一身之内與日共光相合會當
覺心腹霞光映照畢咽液九過到十五日二
十五日亦如是自得百關通暢面有玉光又
男服日象女服月象一日勿廢使人聰明朗
徹五藏生華

守一

夫守一之道眉中却行一寸為明堂二寸為
洞房三寸為上丹田中丹田者心也下丹田○
者臍下一寸二分是也一一有服色姓名出
黃庭經中男子長九分女子長六分昔黃帝
到峨嵋山見皇人於玉堂中帝請問真一之
道皇人曰長生飛仙則唯金丹守形却老則
獨真一故仙重焉凡諸思存乃有千數以自
衛率多煩雜勞人若知守一之道則一切不
須也仙師曰凡服金丹大藥雖未去世百邪
不敢近人若服草木小藥餌八石適可除病
延年不足以禳外禍或為百鬼所枉或為太
山揆召或為山神所輕或為精魅所侵唯有
真一可以一切不畏也守一法具在皇人守
一經中

太清存神鍊氣五時七候訣

夫身為神氣為窟宅神氣若存身康力健神
氣若散身乃謝焉若欲存身先安神氣即氣
為神母神為氣子神氣若具長生不死若欲
安神須鍊元氣氣在身内神安氣海氣海充
盈心安神定若神氣不散身心凝靜靜至定
俱身存年永常住道元自然成聖氣通神境○
○神通性慧命注身存合於真性日月齊齡道
成究竟依銘鍊氣欲學此術先須絶粒安心
氣海存神丹田攝心淨慮氣海若俱自然飽
矣專心修者百日小成三年大成初入五時
後通七候神靈變化出没自存峭壁千里去
住無礙炁若不散即氣海充盈神靜丹田身
心永固自然迴顔駐色變體成仙隱顯自由
通靈百變名曰度世號曰真人天地齊年日
月同壽此法不服氣不咽津不辛苦要喫但
喫須休即休自在自由無礙五時七候入胎

定觀耳

五時

第一時心動多靜少思緣萬境取捨無常忩慮度量猶如野馬常人心也

第二時心靜少動多攝動入心而心散逸難可制伏攝之動策進道之始

第三時心動靜相半心靜似攝未能常靜靜散相半用心勤策漸見調熟

第四時心靜多動少攝心漸熟動即攝之專注一境失而遽得

。第五時心一向純靜有事觸亦不動由攝心。熟堅固准定矣

從此已後處顯而入七候任運自得非關作矣

七候

第一候宿疾並銷身輕心暢停心在內神靜氣安四大適然六情沉寂心安玄竟抱一守中喜悅日新名為得道

第二候超過常限色返童顏形悅心安通靈徹視移居別郡揀地而安隣里之人勿令舊識

第三候延年千載名曰僊人遊諸名山飛行自在青童侍衛玉女歌揚騰躡烟霞綵雲捧足

第四候鍊身成氣氣遶身光名曰真人存亡自在光明自照晝夜常明遊諸洞宮諸仙侍立

第五候鍊氣為神名曰神人變通自在作用無窮力動乾坤移山竭海

。第六候鍊神合色名曰至人神既通靈色形。不定對機施化應物現形

第七候高超物外迥出常倫大道玉皇共居靈境賢聖集會弘演至真造化通靈物無不達修行至此方到道源萬行休停名曰究竟

今時之人學道日淺曾無一候何得通靈但守愚情保持穢質四時遷運形委色衰體謝歸空稱為得道謬矣此胎息定觀乃是留神駐形真元祖師相傳至此最初真人傳此術術在口訣凡書在文有德志人方遇此法細詳留意必獲無疑賢智之人逢斯聖文矣

雲笈七籤卷之三十三

雲笈七籤卷之三十四

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理騎都尉賜緋魚袋臣張君房奉進

雜修攝

太清導引養生經凡十二事

赤松子者神農時雨師能隨風上下至高辛氏時猶存導引術云導引除百病延年益壽朝起布蓆東向爲之息極乃止不能息極五通止此自當日日習之久久知益

常以兩手叉頭上挽至地五噏五息止脹氣

又側卧左肘肘地極掩左手腦復以右手肘肘地極掩右手腦五息止引筋骨

以兩手據右膝上至腰胯起頭五息上引腰氣右手據腰左膝右手極止引復以左手據腰右膝左手極上引皆五息止引心腹氣左手據腰右手極上引復以右手據腰左手極上引五息止引腹中氣

叉手胸脇前左右搖頭不息自極止引面耳邪氣不復得入

兩手支腰下左右自搖自極止通血脉

兩手相叉極左右引肩中氣

兩手相叉反於頭上左右自調引肺肝中氣
兩手叉胸前左右極引除皮膚中煩氣
兩手相叉左右舉肩引皮膚氣
正立左右搖兩脞引脚氣

甯先生導引養生法蝦蟇龜鼈等氣法附

甯先生者黄帝時人也爲陶正能積火自燒
而隨烟上下衣裳不灼先生曰夫欲導引行
氣以除百病令年不老者常心念一以還丹
田夫生人者丹救人者還全則延年丹去尸
存乃夭所以導引者令人肢體骨節中諸邪○
○氣皆去正氣存處有能精誠勤習理行之動
作言語之間晝夜行之骨節堅强以愈百病
若卒得中風病固癥瘕不隨耳聾不聞頭眩
癲疾欬逆上氣腰脊苦痛皆可按圖視像於
其疾所在行氣導引以意排除去之行氣者
則可補於中導引者則可治於四肢自然之
道但能勤行與天地相保
解髮東向握固不息一通舉手左右導引手
掩兩耳令髮黑不白
東向坐不息再通以兩手中指口唾之二七
相摩拭目令人目明
東向坐不息三通手捻鼻兩孔治鼻宿息肉
愈
東向坐不息四通琢齒無數伏前側坐不息
六通愈耳聾目眩還坐不息七通愈胸中痛
欬
抱兩膝自企於地不息八通愈胸以上至頭
耳目咽鼻疾
去枕握固不息企於地不息九通東首令人
氣上下通徹鼻内氣愈羸弱不能從陰陽法○
○大陰霧勿行之

蝦蟇行氣法

正坐自動搖臂不息十二通愈勞及水氣
左右側卧不息十二通治痰飲不消右有飲
病右側卧左有飲病左側卧有不消者以氣
排之日初出日中日入時向日正立不息九
通仰頭吸日精光九咽之益精百倍若入大
垂兩臂不息即不傷
又法面南方蹲踞以兩手從膝中入掌足五
指令内曲利腰尻完治淋遺溺愈

箕踞交兩脚手內並脚中又叉兩手極引之
愈寐中精氣不泄失兩手交叉順下自極致
肺氣治暴氣欬
舉右手展左手坐以右脚上掩左脚愈尻完
痛
舉手交頸上相握自極治脇下痛
舒左手以右手在下握左手拇指自極舒右
手以左手在下握右手拇指自極皆治骨節
酸疼
○掩兩脚兩手指著足五指上愈腰折不能低
若血久瘀爲之愈佳足五指愈腰脊痛不能○
反顧頸痛
以右手從頭上來下又挽下手愈頸不能反
顧視
坐地掩左手以右手指搭肩挽之傾側愈腰
膝及小便不通

龜鱉等氣法

龜鱉行氣以衣覆口鼻不息九通正臥微微
鼻出內氣愈塞不通反兩手據膝上仰頭像
鱉取氣致元氣至丹田治腰脊不知痛手大

拇指急捻鼻孔不息即氣上行致泥丸腦中
令陰陽從數至不倦以左手急捉髮右手還
項中所謂血脉氣各流其根閉巨陽之氣使
陰不溢信明皆利陰陽之道也
正坐以兩手交背後名曰帶縛愈不能大便
利腹愈虛羸
坐地以兩手交叉又其下愈陰滿
以兩手捉繩轆轤倒懸令脚反在其上愈頭
眩風癲以兩手牽反著背上挽繩自懸中愈
不專精食不得下
○以一手上牽繩下手自持脚愈尻久痔
坐地直舒兩脚以兩手叉挽兩足自極愈腸
不能受食吐逆
東向坐仰頭不息五息五通以舌撩口中沫
滿二七咽愈口乾苦
鴈行氣低頭倚臂不息十二通以意排留飲
宿食從下部出息愈
龍行氣低頭下視不息十二通愈風疥惡瘡
熱不能入咽可候病者以向陽明仰卧以手
摩腹至足以手持引足低臂十二不息十二

通愈脚足溫痹不任行腰脊痛
以兩手著項相叉治毒不愈腹中大氣即吐
之
翕月精法
翕月精凡月初出時月中時月入時向月正
立不息八通仰頭翕月精八咽之令陰氣長
婦人翕之陰精益盛子道通
凡入水舉兩手臂不息沒
面向北方箕踞以手挽足五指愈伏兔痿尻
筋急
○箕踞以兩手從曲脚入據地曲脚加其手舉○
尻其可用行氣愈淋瀝乳痛
舉脚交叉項以兩手據地舉尻持任息極交
脚項上愈腹中愁滿去三蟲利五藏
蹲踞以兩手舉足蹲極橫治氣衝腫痛寒疾
致腎氣法蹲踞以兩手舉足五指低頭自極
則五藏氣總至治耳不聞目不明久為之則
令人髮白復黑
彭祖導引法凡十事
彭祖者殷大夫歷夏至商比年七百常食桂

得道導引法云導引除百病延年益壽要術
也
凡十節五十息五通二百五十息欲為之常
於夜半至雞鳴平旦為之禁飽食沐浴
一凡解衣被臥伸腰瞑少時五息止引腎氣
去消渴利陰陽
二挽兩足指五息止引腹中氣去疝瘕利九
竅
三仰兩足指五息止引腹脊痹偏枯令人耳
○聰
四兩足相向五息止引心肺去欬逆上氣○
五踵內相向五息止除五絡之氣利腸胃去
邪氣
六掩左脛屈右膝內厭之五息止引肺氣去
風虛令人目明
七張脚兩足指五息止令人不轉筋
八仰臥兩手牽膝置心上五息止愈腰痛
九外轉兩足十通止治諸勞
十解髮東向坐握固不息一通舉手左右導
引以手掩兩耳以指搯兩脉邊五通令人目

明髮黑不白治頭風
王子喬導引法凡三十四事
王子喬八神導引法延年益壽除百病導引
法曰枕當高四寸足相去各五寸半去身各
三寸解衣披髮正偃卧勿有所念定意乃以
鼻徐内氣以口出之各致其藏所竟而復始
欲休先極之而止勿强長息久習乃自長矣
氣之往來勿令耳聞鼻無知微而專之長遂
推之伏免股脂以省爲貴若存若亡爲之百
動腹鳴氣有外聲足則溫成功之士何疾而〇
〇已喉嚨如白銀環一十重繫膺下去得肺肺
色白澤前兩葉高後兩葉卑心繫其下上大
下銳大率赤如茄華未拆倒懸著肺下也肝
又繫其下色正青如凫翁頭也六葉抱胃前
兩葉高後四葉卑膽繫其下如綠綈囊脾在
中央亦抱胃正黄如金鏁也腎如兩伏鼠挾
脊直齊肘而居欲得其居高也其色正黑肥
肪絡之白黑昭然胃如素囊念其屈折右曲
無汚穢之患肺藏魄心藏神肝藏意腎藏志
此名曰神舍神舍修則百脉調邪病無所居

矣小腸者長九赤法九州一云九土小腸者
長二丈四尺諸欲導引虛者閉目實者開目
以所苦行氣不用第七息止徐徐往來度二
百步所却坐小咽氣五六不差復如法引以
愈爲効諸有所苦正偃卧被髮如法徐以口
内氣塡腹自極息欲絶徐以鼻出氣數十所
虛者稱之實者寫之閉口溫氣咽之三十過
候腹中轉鳴乃止往來二百步不愈復爲之
病在喉中胸中者枕高七寸病在心下者枕
高四寸病在臍下者去枕以口出氣鼻内氣〇
〇者名曰補閉口溫炁咽之者名曰瀉閉氣治
諸病法欲引頭病者仰頭欲引腰脚病者仰
足十指欲引胸中病者挽足十指引臂病者
欲去腹中寒熱諸所不快若中寒身熱皆閉
氣張腹欲息者徐以鼻息已復爲至愈乃止
一平坐生腰脚兩臂覆手據地口徐吐氣以
鼻内之除胸中肺中痛咽氣令溫閉目也
二端坐生腰以鼻内氣閉之自前後摇頭各
三十除頭虛空耗轉地閉目摇之
三左脇側卧以口吐氣以鼻内之除積聚心

下不使
四坐生腰徐以鼻内炁以右手持鼻除目昏淚若出去鼻中息肉耳聾亦除傷寒頭痛洗洗皆當以汗出爲度
五正偃卧以口徐出氣以鼻内之除裏急飽食後小咽咽氣數十令温若氣寒者使人乾嘔腹痛從鼻内氣七十咽即大塡腹内
六右脇側卧以鼻内氣以口小吐氣數十兩手相摩熱以摩腹令其氣下出之除脇皮膚痛七息止
七端坐生腰直上展兩臂仰兩手掌以鼻内氣閉之自極七息名曰蜀王臺除脇下積聚
八覆卧去枕立兩足以鼻内氣四四所復以鼻出之極令微氣入鼻中勿令鼻知除身中熱背痛
九端坐生腰擧左手仰其掌却右手除兩臂背痛結氣
十端坐兩手相叉抱膝閉氣鼓腹二七或三七氣滿即吐候氣皆通暢行之十年老有少容

十一端坐生腰左右傾側閉目以鼻内氣除頭風自極七息止
十二若腹中滿飲食飽坐生腰以鼻内氣數十以便爲故不便復爲之有寒氣腹中不安亦行之
十三端坐使兩手如張弓彍射可治四肢煩悶背急每日或時爲之佳
十四端坐生腰擧右手仰掌以左手承左脇以鼻内氣自極七息除胃寒食不變則愈
十五端坐生腰擧左手仰掌以右手承右脇以鼻内氣自極七息除瘀血結氣等
十六兩手却據仰頭自以鼻内氣因而咽之數十除熱身中傷死肌肉等
十七正偃卧端展足臂以鼻内氣自極七息搖足三十而止除胸足中寒周身痺厥逆嗽
十八偃卧屈膝令兩膝頭内向相對手翻兩足生腰以鼻内氣自極七息除痺疼熱痛兩脛不隨
十九覺身體昏沉不通暢即導引兩手抱頭宛轉上下名爲開脇

二十踞伸右脚兩手抱左膝頭生腰以鼻内
氣自極七息除難屈伸拜起脛中痛瘀痺病
二十一踞伸左足兩手抱右膝生腰以鼻内
氣自極七息展左足著外除難屈伸拜起脛
中疼一本云除風目晦耳聾
二十二正偃卧直兩足兩手捻胞所在令赤
如油囊裹丹除陰下濕小便難頹小腹重不
便腹中熱但口出氣鼻内之數十不須小咽
氣即腹中不熱者七息已温氣咽之十所
○二十三踞兩手抱兩膝頭以鼻内氣自極七○
息除腰痺背痛
二十四覆卧傍視兩踵生腰以鼻内氣自極
七息除脚中弦痛轉筋脚酸疼二十五缺元闕
二十六偃卧展兩脛兩手兩踵相向亦鼻内
氣自極七息除死肌不仁足脛寒
二十七偃卧兩手兩脛左脇一本作脅字兩
足踵以鼻内氣自極七息除胃中食若嘔
二十八踞生腰以兩手引兩踵以鼻内氣自
極七息布兩膝頭除痺嘔逆
二十九偃卧展兩脚兩手仰足指以鼻内氣

自極七息除腹中弦急切痛
三十偃卧左足踵拘右足拇指以鼻内氣自
極七息除厥疾人脚錯踵不拘拇指依文用
之
三十一偃卧以右足踵拘左足拇指以鼻内
氣自極七息除周身痺
三十二病在左端坐生腰右視目以鼻徐内
氣極而吐之數十一止所閉目目上入
三十三病在心下若積聚端坐生腰向日仰
頭徐以鼻内氣因而咽之三十所而止開目○
○作
三十四病在右端坐生腰右視目以鼻徐内
氣而咽之數十止

導引雜説

文選江賦云噏翠霞此謂導引服氣精與抗
中相類俱用之兩手相捉細捩如洗手法兩
手相叉翻覆向胸前如挽三石弓力左右同
兩手相重共按髀徐徐捩身以返提背上十
度作拳向後築十度大坐偏倚如排山如把
千斤石上下數度兩手抱頭宛轉脛上兩手

據地縮身曲脊三度兩手相叉以脚蹋中立地反拘三舉起立以脚前後踏空大坐伸脚以手勾脚指

右導引之法深能益人延年與調氣相須令血脉通除百病宜好將息勿令至大汗能通伏氣行之甚佳

又導引法在枕中卷與此導引消息並宜相參作之大佳

諸服氣要法并忌闕雜錄如能服之便成真人忌陰寒雨霧熱等邪氣不可輒服也危執○閉破除此等日亦不可服

○凡日午已後夜半已前名爲死氣不可服也唯酉時氣可服爲日近明淨不爲死氣加可服耳

凡服氣取子午卯酉時服是也如冬月子時氣不可服也爲寒如夏月午時氣不可服爲熱仍須以意消息大暑若是如腹中大冷取近日氣及日午氣是如腹中大熱服夜半氣及平旦氣如冬寒即於一小淨室中生炭火煖之服即腹中和如夏極熱時取月中氣服即涼大吟

每欲服氣常取體中安隱消息得所如安隱時不住消息耳消息住先舒手展足按捺支節舉脚踡向上左右展足長出氣三兩度心念病處隨氣出病遂盡矣如服氣之時胸中悶微微細吐之悶定則掩口勿盡盡則復吸入

凡服氣入及出吐皆須微微吹綿不動是其常候也如入氣太急勿令自耳聞則驚五神招其損也如出氣太急令自耳聞亦然如後腹內熱及時節熱出入氣太急轉轉增熱○則盛也如服冷及時寒出入太急令自耳聞○亦增吟甚也

初入氣之時善將息以飽爲度若飽後即左右拓更開托左右挾及踠空各三度然後攷敎耳按髮摩面轉腰令四肢節皮肉骨髓頭面貫徹腹中即空如前服之取飽更不須動作耳自然安泰也

神氣養形說

混元既分天地得位人與萬物各分一氣而成形動者稟乎天靜者法乎地天地之間最

靈者人能養人之形者唯氣與神神者妙萬物而爲言氣者借沖虛以爲用至人之言莫先乎氣至人之用莫妙乎神我先生得至人之道見生死之機常味於無味用於無用爲於無爲事於無事知神氣可以留形故守虛無以養神氣知窈冥可以致信故入窈冥而觀至精則天地之間其猶槖籥乎至人之不死其猶谷神乎先生曰虛無之中有物謂之神窈冥之中有物謂之炁氣者結虛無以成妙故大洞真人曰三月內視注心一神則靈○光化生纏綿五藏其理明矣且氣者神之母○神者氣之子欲致其子先修其母若神不受味於氣則氣無以通靈子不求食於母則母無以致和道經曰既得其母以知其子既知其子復守其母東華玉書云母繫子長流心安寧此皆謂修真之要言也加以耳目者神之戶道經曰專氣致柔能如嬰兒乎黃庭經曰仙人道士非有神積精所致和專仁正謂此也後來學者或納四時五牙之氣或服引七宿二景之精握固以象胎形閉氣以爲胎

息殊乖真人之妙旨蓋是古來之末事如此之徒蜀亂元氣尤損於形神夫至人以心遊於恬惔飲漱於玄泉胎息於無味則神光內照五氣生靈自然有紫烟上浮玉彩交映敬傳先生之旨化白爲朱積精成形口銜靈芝降於形中是謂真仙之術守中抱一抱一勿失與天地齊畢矣

將攝保命篇

夫人稟二儀之氣成四大之形愚智貴賤則別好養貪生不異貧迫者力微而不達富貴○者侮傲而難持性愚者未悟於全生識智者○或先於名利自非至真之士何能保養生之理哉其有輕薄之倫亦有矯情冒俗口誦其事行已違之設能行者不踰晦朔即希長壽此亦難矣是以達人知富貴之驕傲故屈迹而下人知名利之敗身故割情而去欲知酒色之傷命故量事而撙節知喜怒之損性故豁情以寬心知思慮之銷神故損情而內守知語煩之侵氣故閉口而忘言知哀樂之損壽故抑之而不有知情欲之竊命故忍之而

不爲若加之寒温適時起居有節滋味無爽
調息有方精氣補於泥丸魂魄守藏和神保
氣吐故納新嗜慾無以干其心邪淫不能惑
其性此則持身之上品安有不延年者哉

雲笈七籤卷之三十四

雲笈七籤卷之三十五

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉進

雜修攝

明補

凡質氣凝皆是妄想而所爲並由想劫也想成助變化無常捨想則庶事空寂以其取錄力毛孔開流所以須隨而補之其補之法還舒脚手而卧息想頂上有酥團融流注心周遍四肢又想身卧酥乳池中心以滌沐久爲令人皮膚光澤既取氣錄補訖欲起出行體上有汗當須少米粉摩令汗解燥然後始得見風日不然傷人凡數章是一時間所作法耳恐後難曉是以依序別勒成章焉

禁忌

夫鹽能益腎欲能傷肺故須忌之喫之取味欲令人衰故須禁之夫因欲以生因欲以死譬于桃蹊李逕紫蔕紅葩遇風而開遇風而落但人以身爲國也神爲君也精爲臣也氣爲民也當須衆藏元后本固邦寧君臣康强所以治也夫氣化爲精精化爲神神化爲嬰

兒故男女構精所以化生人形若能蓄精使得自育夫育精爲血脉之泉源骨髓之靈沖五藏傷而筋骨枯即魂魄不守矣特宜慎焉猶恐欲性熾隆陶染難割雖自强抑尚恐夢交當須修習靜觀以防過之是謂不死之道還精補腦延齡能益名上仙籍王母内傳若能終竟不歪泄者亦可含一棗嚥津液也

方便

凡人之心或迷不悟故須方便示以理矣假令童子既獲妙術乃趁而出遇搏公子因而問之曰子免於八難乎何以學道對曰何謂。八難曰不啟道心一難不就明師二難不託閑居三難不捨世務四難不割恩愛五難不棄利欲六難不除喜怒七難不斷色欲八難童子曰僕無此累矣公子曰凡人所患皆多以氣爲主或有背氣脚氣痃癖等皆以氣爲根今子乃咽氣於腹中能不爲病乎童子曰鄙哉言乎良可哀耳夫氣起於太極超乎萬象之外應清明以出入佇神機以卷舒澄淺碧於高天淡輕紅於落日不干雲雨不犯塵埃沉清漠而淨濟飄度危絃而蓄哀韻呼吸玄牝之門滌膏肓之域載營魄修谷神去三尸消百病者此乃清泠調和有道之氣故能生成靈命焉至如起於空隙之間因於燥濕之處隨腥臊之穢餒逐徭役之奔喘伺宴息之失序候劑和之乖宜結決怒而不散積勃鬱而遂留時結蓄於胸鬲或煩疼於骨髓久而不消將傾大漸所謂垢濁沉溺之死氣也公子曰夫人身匪啄爪焉能不食是身即病未或可除故知食爲養身之資身乃有病之聚今子乃去食養身留身除病豈不惑哉。童子笑而應之曰善哉或但疑者常抱此疑不疑者因疑而得也故天地因乎而生天地滅而非滅其疑者迷而不悟也但不知耳又不聞乎甘肥者貪欲之本即爲得病之源也調氣澄心離二入道者斯仙之常也真教不二但至仁齊物理合捐軀非謂賢聖繫之名實夫百篇之義一乘之典或務理國之倫或究虛寂之相詎返入流之始豈暇汾水之遊哉避於穿窟復去泥傘盖除雨未可得也亦何

怪哉公子既聞此言已重子泠然乘風而去莫知所之也

化身坐忘法

每夜人定後偃卧閉目然後安神定魄忘想長出氣三兩度仍須左右挾之便起拘腰如前法攝心入臍下作影人長三四寸然後遣影人分身百億聳頭而出屋鑽房而上上至天滿法界皆是我身便想中明即自見之既見之便令影人入臍下便大飽其化身到來亦戰身動大況似行氣法仍須正念娱情於○身但用心無不動也故老君曰道以心得之○

胎息法

老君曰人之不死在於胎息矣夜半時日中前自舒展脚手拘脚或欬長出氣三兩度即坐握固攝心臍下作影人長三二寸以鼻長吸引來入口中即閉閉定勿咽之亦勿令出口即於臍下合氣作小點子下之末大如下數已盡却還吸引如前初可數得三十二十點子漸可數百及二百後五百若能至數放千點子此小胎息長生却老之術

影人

分身作影人長三四寸許立影人鼻止令影人取天邊元空太和之氣從天而下穿屋及頭直入四肢百脉無處不徹其氣到來覺身戰動每一度為一通須臾即數十通便大飽矣人有大病作之十日萬病俱差當下氣之時作念之我身本空我神本通心既無礙萬物以無障礙何以故得神通故凡一切作法一種即須下之吐氣法皆須作地喙莫動上頷其吸氣之時微叩齒令熱○

服紫霄法

坐忘握固遊神聳頭而出鑽屋直上到彼天邊引紫霄而來直下穿屋而從頭上入内於腹中常含紫氣隨神而來向作解心我本未悟之時不知道體今既覺悟法本由來不從他得我知今來得自在者更無别法直作定心心決定故即得作意見此氣衆多而來併聚稠密如赤雲拯神上天但作解脱直以心往天上取亦得即下方萬物皆空屋亦空人性與道同此神通久視也

至言總養生篇

老君西昇經曰僞道養形真道養神通此道者能亡能存神能飛形并能移山形爲灰土其何識焉又曰凡人之哀人不如哀身哀身不如愛神愛神不如含神含神不如守身守身長久長存也故神生於形形成於神形不得神不能自生神不得形不能自成形神合同更相生更相成神常愛人人不愛神故絶聖棄智歸無爲也雖言寶子命曰古人治病之方和以醴泉潤以氣液不辛不苦甘甜多○味常能服之津流五藏繫在心肺終身無患○大有經曰或疑者云始同起於無物終受氣於陰陽載形魂於天地資生長於食息而有愚有智有強有弱有壽有夭天耶解耶解者曰形生愚智天也強弱壽夭人也天道自然人道自己始而胎氣充實生而乳哺有餘長而滋味不足壯而聲色有節者強而壽始而胎氣虛耗生而乳哺不足長而滋味有餘壯而聲色自放者弱而夭生長而合度加之以道養年未可量也潁川胡昭字孔明曰常人

不得無欲又復不得無事但當和心約念靜身損物先去亂神犯性者此嗇神之一術耳黃帝中經曰夫稟五常之氣有靜有躁剛柔之性不可易也靜者不可令躁躁者不可令靜靜者躁者各有其性違之則失其分恣之則害其生故靜之弊在不開通躁之弊在不精察治生之道慎其性分因使抑引隨宜損益以漸則各得適矣然靜者壽躁者夭靜而不能養減壽躁而能養延年然靜易御躁難持盡慎養之宜者靜亦可養躁亦可養也○凡○貴權勢者雖不中邪精神內傷身必死亡非妖禍外至直氷炭內結則傷崩中嘔血而已始富後貧雖不傷邪皮焦筋出委辟內攣爲病貪富之於人利害猶輕於權勢故疾病止於形骸而已矣夫養性者欲使習以成性性自爲善不習而無不利也性既自善而外百病皆悉不生禍亂不作此養性之大經也善養性者則治未病之病故養性者不但餌藥食霞其在於五常俱全百行周備雖絕藥餌足以遐年德行不充縱玉酒金丹未能延壽

故老君曰陸行不避虎兕者此則道德之祐
也豈假服餌而祈遐年哉聖人所以和樂者
以教無知之人也故不遇道者抱病歷年而
不修一行纏疴没齒終無悔心此其所以歧
和長逝彭祔永歸良有以也嵇康曰養生有
五難名利不去為一難喜怒不除為二難聲
色不去為三難滋味不絕為四難神慮精散
為五難五者不去雖心希難老口誦至言咀
嚼英華呼吸太陽不能回其操不免夭其年
五者無於胸中則信順日躋道德日全不祈
○喜而有神不求壽而延年此亦養生之大經○
也然或服膺仁義無甚泰之累者抑亦亞乎
岐伯曰人年四十而養陰氣自半也起居衰
矣年五十體重耳目不聰明年六十陰痿氣
大衰九竅不利下虛上實涕泣俱出故曰知
之則強不知之則老又曰同出而異名智者
察其同愚者察其愚愚者不足智者有餘則
耳目聰明身體輕強年老復壯壯者益理是
以聖人為無為事無事樂恬淡無縱欲快志
得虛無之守故壽命無窮與天地終此聖人

之理身也
真人曰雖當服餌而不知養性之術亦難以
長生也養性之道不欲飽食便卧及終日久
坐皆損壽也人欲少勞但莫大疲及強所不
堪耳人食畢行步躊躇有所循為快也故流
水不腐戶樞不蠹其勞動故也人不可夜食
食畢但當行步計使中數里往來飽食即卧
生百病也
夫欲快意任懷自謂達識知命不泥異正極
情肆力不營持久者聞此言雖風之過耳電
○之經目不足喻也故身枯於流連之中氣絕○
於綺紈之間而甘心焉亦安可告之以養性
哉匪惟不納反謂妖訛也而望彼信之所謂
明鏡給於矇瞽絲竹娛於聾夫者也抱樸子
曰一人之身一國之象也胸腹之位猶宮室
也四支之列猶郊境也骨節之分猶百官也
神猶君也血猶臣也氣猶民也故能治民則
治國也夫愛其民所以安其國愛其氣所以
全其身民散國亡氣竭人死死者不可生也
亡者不可存也是以至人消未起之患治未

病之病醫之於無事之前不追之於既逝之後民難養而易危氣難淸而易濁故審威德所以保社稷割嗜欲所以固血氣然後真一存焉三七守焉百害卻焉年壽延焉人年五十至於一百莫學勿離手善言勿離口亂想勿經心常以深心至誠恭敬於物慎勿詐善以悅於人

禁忌篇

玉琛山人養生方論云病由口入節宜方也生勞敗靜養道性也戢鹹以時禮醫具也補瀉以性草經明也性調乎食命延乎藥斷可知也茯蔘害筋蒜韭傷血生葷損氣葱除衣神理生之烟戒也白蒿苹（青下苗地黃苗也）惡實牛蒡苜蓿四物濟身之要也退與不退寡之於思慮進與不進在康之常志凡一切五辛皆害於藥力又薰人神氣凡桃李芸薹蒜韭等不宜丈夫婦人亦宜少食斷斷

凡人年四十已下不宜全食補丸散為陰氣尚未足陽氣尚盛之後也特宜慎之就補中有延纔和通者可矣自後不飲食若冬月夜長及性熱少食溫軟物食訖搖動令消不爾成腳氣入春不宜晚脫綿衣令人傷寒霍亂飲食不消頭痛傷熱汗出不宜洗身漱口令人五藏乾少津液臥不用著燈及被覆面無不用開口冬夏不用枕冷物鐵石等令人眼暗抱樸子曰或問所謂之者色欲之間乎答曰亦何獨斯哉然長生之要其在房中上士知之可以延年除病其次不以自伐若年尚少壯而知還陰丹以補腦采七益於長谷者不能服藥物不失一二百歲但不得仙耳不知其術者古人方之於凌坯之非盛陽羽堂之中畜大者也又思所以不逮而強思之傷也力所以不勝而強舉之傷也深憂重恚傷也悲哀憔悴傷也喜樂過差傷也枝緩所欲傷也戚戚所患傷也久談言笑傷也寢息失時傷也挽強弓弩傷也沈醉嘔吐傷也飽食即臥傷也跳走乏氣傷也歡呼哭泣傷也陰陽不交傷也積傷至盡盡亡非道也是以養性之方唾不至遠行不疾步耳不極聽目不極視坐不至疲臥不至慎（慎居敬切強也直也）先寒而

衣先熱而解不欲極飢而食不欲極渴而飲食不過多凡食過多即結積聚飲過多則成痰癖不欲甚勞不欲甚逸不欲甚流汗不欲多唾不欲奔車走馬不欲極目遠望不欲多啖生冷不欲飲酒當風卧不欲數沐浴不欲廣志遠求不欲規造異巧冬不欲極溫夏不欲極凉不欲露星下不欲卧中見扇大寒大熱大風大露皆不欲冒之五味不欲偏多故酸多則傷脾苦多則傷肺辛多即傷肝鹹多則傷心甜多則傷腎此五行自然之理凡言○傷者亦不便覺謂久則損壽耳是以善攝生者卧起有四時之早晚興居而有至和之常制筋骨有偃仰之方閑邪有吞吐之術流行營衛有補瀉之法節宣勞逸有與奪之要忍怒以養陰氣抑喜以養陽氣然後先將草木以救虧缺服金丹以定不窮養性之道盡於此矣

黃帝曰一日之忌夜莫飽食一月之忌暮莫大醉一歲之忌暮莫遠行終身之忌卧莫燃燭行房勿得起恨於人當以自然仇也一切溫食及酒漿臨上看不見物形者勿食成卒病若已食腹脹者急以藥下之諸熱食鹹物竟不得飲冷水酢漿水等令人善失聲也凡人不得北首而卧卧之勿留燈令魂魄六神不安多愁恐亦不可北向突食北向屎北向久坐思惟不祥起勿北向唾罵犯魁罡神勿北向冠帶勿怒目視日月光令人失明凡大汗勿脫衣得偏風半身不遂

冬日溫足凍腦春秋足腦俱凍此聖人之常道○旦起勿嗔恚旦下牀勿叱呼勿惡言勿舉足向火對竈罵勿咨嗟呼奈何聲此名請禍○特忌之勿竪膝坐而交臂膝上勿令髮覆面皆不祥清旦作善事聞惡事即於所來方唾之吉惡夢旦不用說以含水向東方噀之云惡夢著草木好夢成寶玉即無咎矣

凡上牀先脫左足履或遠行乘車馬不用迴顧顧則神去人凡一切翔飛蠢動不可故殺傷損至於龜蛇此二物有靈異於他族或殺他有靈者或陰精害人深宜慎之勿陰霧中遠行

凡行來坐卧常存北斗魁罡星在人頭上所向皆吉勿食父母兄弟及自本命肉等令人魂魄飛揚家出不孝悌子息

凡旦起著衣誤翻著者云吉利便著無苦也衣有光當三振之云殃去殃去則無害勿塞井及水瀆令人目盲向午後陰氣起不可沐髮令人心虛饒汗多夢及頭風也

雲笈七籤卷之三十五

雲笈七籤卷之三十六　仕六

宋朝奉郎守尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房上進

雜修攝

玄鑒導引法

抱樸子曰道以為流水不腐戶樞不蠹以其勞動故也若夫絕坑停水則穢臭潰積委木在野則蟲蝎太半真人遠取之於物近取之於身故上天行健而無窮七曜運動而能久小人習勞而湛若君子優游而易傷焉不行而脚直車不駕而自朽導引之道務於詳和俛仰安徐屈伸有節導引秘經千有餘條或以逆却未生之衆病或以攻治已結之篤疾行之有效非空言也今以易見之事若令食而即卧或有不消之疾其劇者發寒熱癥堅矣飽滿之後以之行步小小作務役摇肢體及令人按摩然後以卧即無斯患古語有三疾之言暮食太飽居其一爲暮食既飽便以寢息希不生疾故無壽也諸風病疾勘不在卧中得之卧則百節不動故受邪炁此皆病然可見近魏華佗以五禽之戲教樊阿以代

導引食畢行之汗出而已消穀除病阿行之壽百餘歲但不知餘術故不得大延年一則以調營衛二則以消穀水三則排卻風邪四則以長進血氣故老君曰天地之間其猶橐籥乎虛而不屈動而愈出言人導引搖動而人之精神益盛也導引於外而病愈於內亦如針艾攻其榮俞之源而衆患自除於流不也導引一十三條如後

第一治短氣結跏趺坐兩手相叉置玉枕上以掌向頭以額著地五息止○

○第二治大腸中惡氣左手按右手指五息右手按左手指亦如之

第三治腸中水癖以左手指向天五息以右手指拄地左足伸右足展極伸五息止

第四治小腸中惡氣先以左手叉腰右手指指天極五息止右手亦如之

第五治腰脊間悶結跏趺坐以掌相按置左膝上低頭至頰右五息外左迴左膝上還右膝而轉至五匝止右亦如之謂之腰柱

第六治肩中惡氣以兩手相叉指左脅舉右手肘從乳至頭向右轉振擿之從右抽上右振五過止

第七治頭風惡氣反手置玉枕上左右搖之極五息止

第八治腰脊痛兩手叉腰左右搖肩至極五息止

第九治胸中以兩手叉腰左右曲身極五息止

第十治肩中勞疾兩手相叉左右擗之低頭至膝極五息止

○第十一治皮膚煩以左右手上振兩肩極五○息止

第十二治肩胛惡注左右如挽弓各五息止

第十三治臍中注氣冷痹起立一足蹋高一足稍下向前後擊之更爲之各二七無病亦常爲之萬疾不生

按摩法

按摩日三遍一月後百病並除行及奔馬此是養身之法兩手相捉紐捩如洗手法兩手淺相叉翻覆向胸兩手相叉共按髀左右同

兩手相重按髀徐徐捩身如挽五石弓左右同兩手拳向前築左右同又如拓石左右皆同以拳却頓此是開胸法左右同大坐斜身偏拓如排山左右同兩手抱頭宛轉髀上此是抽脇法兩手據地縮身曲脊向上三舉以手杖捷脊上左右同大坐伸脚三用手摯向後左右同立地反拗三舉兩手拒地迴顧此乃虎視法左右同兩手急相叉以脚踏地左右同起立以脚前後踏左右同大坐伸脚當手相勾所伸脚著膝上以手按之左右同凡一十八勢但老人日能行之三遍者常補益延年續命百病皆除進食眼明輕健不復疲也

食氣法

養生之家有食炁之道夫根植華長之類蚑行喘動之屬莫不仰炁以然何爲能使人飽乎但食之有法道家秘之須其人乃傳俗人無緣得之知苟得其道所甚易也非唯絕穀抑亦辟百毒却千邪百姓日用而不知仙經云食炁法從夜半至日中六時爲生炁從日中至夜半六時爲死氣唯食生而吐死所謂真人服六炁也

食氣絕穀法

向六旬六戊從九九至八八七七六六五五而飽或念天蒼或思黃帝或春引歲星之炁以肝受之其餘四方皆然初爲之頗有小瘦行四旬已上顏色轉悅體力漸壯白髮更黑落齒更生負重履嶮勝於食穀時余見十餘人爲之皆七八十歲丁健體輕而耐寒暑有真驗非虛傳也善其術者可以攻遣百病消逐邪風及中惡卒急尸注所忤心腹切痛瘟瘴溪毒引炁驅之不過五六十通無不即除又行炁久多而斷穀最易唯有胎息之法獨難所謂胎息者如人未生在胎之中時炁久息也習則能息鼻口炁如已息鼻口炁則可居水底積日矣

又治金瘡以炁吹之血斷痛止

又蛇虺毒蟲中人皆禁之即愈或十數里便遥治之呼其姓名而呪之男呼我左女呼我右皆愈此所共知孫先生曰旦夕者是陰陽

轉換之時日旦五更初陽炁至頻伸眼開是上生炁名曰陽息而陰消暮日入後陰炁至凜然時坐睡倒時是下生炁至名曰陽消陰息暮日入後天地日月山川江海人畜草木一切萬物體中代謝往來一時休息一進一退如晝夜之更始又如海水之朝夕是天地之道耳面向午展兩手於膝上徐按捺肢節口吐濁氣鼻引清氣凡吐者去故炁引生炁也經云玄牝門天地根綿綿若存用之不勤言鼻是天之門戶可以出納陰陽生死之炁○也良久徐徐乃以手左拓右拓上拓下拓前○拓後拓顛目張口叩齒摩眼抱頭按耳挽鬚挽腰咳欬發陽振動也雙作隻作反手為之然掣足仰展八十九十而止仰下徐徐定心作止息之法見空中元和炁下入鳩尾際漸漸項如兩晴雲入山自皮肉至骨至腦漸漸入腹中四肢五藏皆受其潤如流水滲入地地徹即覺達於湧泉腹中有聲汩汩然意每存之不得外緣即便覺無炁若微即手體振動兩脚膝踡屈亦令牀有聲拉拉然則名一通兩通乃至日別得三通覺身體悅懌膚色滋潤耳目精明令人養美力健百病皆去行之五年十年長存不忘得滿千萬通去仙不遠也

攝生月令

朝請大夫檢校太子賓客大夫上柱國姚稱集

夫攝生大體略有三條所為吐納鍊藏胎津駐容其次餌芝木飛伏丹英其三次五穀資衆味然古不易者生生性命必繫於茲也氣之與藥具標別卷今所撰集用食延生順時○省味者也

按扁鵲論曰食能排邪而安藏腑神能爽志以資血氣攝生者氣正則味順味順則神氣清神氣清則合真之靈全靈全則五邪百病不能干也故曰水濁魚瘦氣昏人病夫神者生之本本者生之真大用則神勞大勞則形疲也

按彭祖攝生論曰目不視不正之色耳不聽不正之聲口不嘗毒藕之味心不起欺詐之謀此之數種乃亡魂喪精減折算壽者也

按枕中傳曰五味者五行之氣也應感而成人即因五味而生亦因五味而消

按黃帝內傳曰食風者靈而延壽食穀者多智而勞神食草者愚癡而足力食肉者鄙勇而多嗔服氣者長存而得道

孫氏傳曰五味順之則相生逆之則相反夫人食慎勿恆怒勿臨食上說不祥之事勿吞咽忽遽必須調理安詳而後食

黃帝內傳曰春宜食甘甘走肉多食甘則疼溢皮膚彙起夏宜食辛辛走氣多食辛則氣○躁好顛秋宜食酸酸走骨多食酸則筋縮骨中疼冬宜食鹹鹹走血多食鹹則血溢口乾多食苦則嘔逆而齒疎

養生傳曰凡人雖常服餌不知養生之道必不全其真也

小有經曰才所不勝而強思之傷也力所不任而強舉之傷也深憂重喜皆有傷也

抱樸子曰一人之身一國之象胸腹之位猶宮室也四肢之列猶郊境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶民也

養生傳曰一日之忌暮勿飽食一月之忌暮勿大醉一歲之忌慎勿遠行永久之忌勿向西北二方大小便露赤也

孟春䷊泰 斗建寅日在室律中太簇五時東方月德丙月合辛生氣子天利卯五富寅月殺丑月厭戌九空辰死氣午歸忌丑往亡寅大敗甲寅血忌丑

孟春是月也天地俱生謂之發陽天地資始萬物化生夜臥早起以緩其形使志生生而勿殺予而勿奪君子固密無泄真氣其藏肝○木位在東方其星歲正月二月三月其卦震其地青州其書詩其樂瑟其帝靈威仰其神句芒青龍爲九天白虎爲九地其蟲魚其畜犬其穀麥其果梅其菜韭其味酸其臭腥其色青其聲怒其液泣立春木相春分木王立夏木休夏至木廢立秋木囚秋分木死立冬木沒冬至木胎

仲春䷡大壯 斗建卯日在室律中夾鍾五將北方月德甲月令巳生氣丑天利辰五富寅月殺戌月厭酉九空丑死氣未歸忌

寅性亡巳天赦甲午血忌木

仲春是月也號猒於日和其志平其心勿極寒勿極熱安靜神氣以法生成勿食黃花菜及陳菹發宿疾動痼氣勿食大蒜令人氣壅關隔不通勿食麥子及雞子滯人氣勿食小蒜傷人志性勿食兎肉令人神魂不安勿食狐貉肉傷人神是月腎藏氣微肝藏正王宜凈膈去痰宜泄皮膚令得微汗以散去冬溫伏之氣是月六日八日宜沐浴齋戒天祐其福十四日忌遠行水陸亦不可往九日忌食○一切魚鼈二十日宜修真道○

季春䷪夬斗建辰日在婁律中姑洗五將

酉方月德壬月合丁生氣寅天刹巳五富亥月殺未月厭申九空戌歸忌子往亡申大殺甲戌干陽血忌寅

季春是月也萬物發陳天地俱生陽熾陰伏臥起俱早勿發泄大汗以養藏氣勿食韭發痼疾損神傷氣勿食馬肉令人神魂不安勿食麞鹿肉等損氣損志是月肝臟氣伏心當向王宜益肝補腎以順其時是月五日忌見一切生血物宜齋戒靜念真藉不營俗務十六日忌遠行水陸俱不可往二十七日宜沐浴是月火相水死勿犯西北風勿久處濕地必招邪毒勿大汗當風勿露體星宿下以招不祥之事

孟夏䷀乾斗建巳日在昴律中仲呂五將

南方月德庚月合乙生氣卯天刹午五富申月殺辰月厭未九空未死氣酉歸忌丑往亡亥大殺丁巳干陽血忌申

孟夏謂之播秀天地始交萬物並實夜臥早○起思無怒勿泄大汗夏者火也位在南方其○藏心其星熒惑時四月五月六月其六月屬土大王於此月其地楊州其書禮其樂竽其帝赤熛弩其神祝融朱雀為九天玄武為九地其蟲鳳其畜羊其穀麻其果杏其菜薤其味苦其臭焦其色赤其聲呼其液汗立夏火王夏至火相立秋火休秋分火廢立冬火囚冬至火死立春火沒春分火胎

仲夏䷫遘斗建午日在參律中蕤賓五將

東方月德丙月合辛生氣辰天刹未五富

亥月殺丑月厭午九空卯死氣戌歸忌寅
往亡卯大敗丁酉血忌卯斗陽
仲夏是月也萬物以成天地化生勿以極熱
勿大汗當風勿曝露星宿皆成惡疾勿食雞
肉生癰疽漏瘡勿食蛇蟮等肉食則令人折
筭壽神氣不安愼勿殺生是月肝臟以病神
氣不行火氣漸壯水力衰弱宜補腎助肺調
理胃氣以助其時是月八日忌遠行涉水陸
並不可往宜安心靜慮沐浴齋戒必得福慶
之事是月切忌西北不時之風此是邪氣犯○
○之令人四肢不通致百關無力
季夏䷠遯斗建未日在東井律中林鐘五
將北方月德甲月合己生氣巳天利申五
富寅月殺戌月厭巳九空子死氣亥歸忌
子往亡午大敗丁丑血忌酉
廿六
十
季夏是月也法土重濁主養四時萬物生榮
增鹹減甘以資腎藏勿食羊血損人神魂少
志健忘勿食生葵必成水癖是月腎藏氣微
脾臟獨王宜減肥濃之物宜助腎氣益固筋
骨切愼賊邪之氣六日沐浴齋戒絕其營俗

二十四日忌遠行水陸俱不可往是月不宜
起土功威令不行宜避溫氣勿以沐浴後當
風勿專用冷水浸手足愼東來邪風犯之令
人手癱緩體重氣短四肢無力
孟秋䷋否斗建申日在翼律中夷則五將
北方月德壬月合丁生氣午天利酉五富
巳月殺未月厭辰九空酉死氣子歸忌丑
往亡酉大敗庚申血忌辰
孟秋謂之審天地之氣以急正氣早起早臥
與雞俱興使志安寧以緩形收斂神氣秋者○
○金也位在西方其星太白時七月八月九月
其卦兌其地蔡州其書春秋其樂磬其帝少
昊其神蓐收白虎爲九天青龍爲九地其蟲
虎其畜雞其穀黍其果桃其菜葱其味辛其
臭腥其色白其聲哭其液唾立秋金相秋分
廿六
十二
金王立冬金休冬至金廢立春金囚春分金
死立夏金沒夏至金胎
仲秋䷓觀斗建酉日在翼律中南呂五將
南方月德庚月合乙生氣未天利戌五富
巳月殺辰月厭卯九空酉死氣丑歸忌寅

往亡子大敗庚子血忌戌

仲秋是月也大利平爾安寧志性收斂神氣宜增酸減辛以養肝氣無令極飽令人壅勿食生蜜多作霍亂勿食雞肉損人神氣勿食生果子令人多瘡是月肝藏少氣肺藏獨王宜助肝氣補筋養脾胃是月七日宜屏絶外慮沐浴齋戒吉二十九日忌遠行水陸並不可往起居以時勿犯賊邪之風勿增肥腥物令人霍亂其正毒之氣最不可犯是月祈謝求福以除宿愆

○季秋☶☷剥斗建戌日在房斗律中無射五○

將東方月德丙月合辛生氣中天利亥五富亥月殺丑月厭丑九空寅死氣寅歸忌子往亡辰大敗庚辰斗陽血忌巳

季秋是月也草木凋落衆物伏蟄氣清風暴爲朗無犯朗風節約生冷以防癘疾勿食諸薑食之成痼疾勿食小蒜傷神損壽魂魄不安勿食蓼子損人志氣勿以猪肝和餳同食至冬成嗽病經年不差是月肝藏氣微肺金用事宜減辛增酸以益肝氣助筋補血以及其時勿食鷄雉等肉損人神氣勿食雞肉令人魂不安魄驚散十八日忌遠行不達其所二十日宜齋戒沐浴淨念必得吉事天祐人福

孟冬☷☷坤斗建亥日在房律中應鍾五將

北方月德甲月合巳生氣酉天利子五富巳月殺戌月厭辰九空亥死氣卯歸忌丑往亡未大敗癸亥斗陽血忌亥

孟冬謂之閉藏水凍地坼早卧晚起必候天曉使至温暢無泄大汗勿犯氷凍温養神氣

○無令邪氣外至冬者水也位在北方其星辰○其時十月十一月十二月其卦坎其地分冀州其書周易其樂簫其帝叶光紀其神玄冥玄武爲九天朱雀爲九地其蟲龜其畜豕其穀大豆其果栗其菜藿其味鹹其臭腐其色黑其聲沉其液唾立冬水相冬至水王立春水休春分水廢立夏水囚夏至水死立秋水没秋分水胎

仲冬☳☷復斗建子日在箕律中黄鍾五將

北方月德丁月合壬生氣戌天利丑五富

巳月殺申月厭子九空申歸忌寅往亡戌
大敗癸卯血忌午
仲冬是月也寒氣方盛勿傷冰凍勿以炎火
炙腹背毋食焙肉宜減鹹增苦以助其神氣
無發蟄藏順天之道勿食蝟肉傷人神魂勿
食螺蚌蟹鼈等物損人志氣長尸蟲勿食經
夏黍米中脯臘食之成水癖疾是月腎藏正
王心肺衰宜助肺安神補理脾胃無奔其時
是月三日宜齋戒淨念以全神志二十日不
宜遠行勿暴溫暖切慎東南賊邪之風犯之○
○令人多汗面腫腰脊強痛四肢不通
季冬䷒臨斗建丑日在南斗律中大呂五
腑南方月德庚月合乙生氣亥天刺寅五
富申月殺辰月厭巳九空巳死氣巳歸忌
子往亡丑大敗癸未血忌子
季冬是月也天地閉塞陽潛陰施萬物伏藏
去凍就溫勿泄皮膚大汗以助胃氣勿甚溫
煖勿犯大雪勿食猪㹠肉傷人神氣勿食霜
死之果菜夭人顏色勿食生薤增痰飲疾勿
食熊羆肉傷人神魂勿食生椒傷人血脉七
日忌遠行水陸並不吉一日宜沐浴是月時
藏氣微腎藏方王可減鹹增苦以養其神宜
小宣不欲全補是月衆陽俱息水氣獨行慎
邪風勿傷筋骨勿妄針刺以其血濇津液不
行

雲笈七籤卷之三十六

[illegible]

齋戒

齋戒敘

夫入靖修真要資齋戒檢口慎過其道漸階
南華真經云顏回問道於孔子孔子曰汝齋
戒吾將語汝顏回曰回居貧唯不飲酒不茹
葷久矣孔子曰是祭祀之齋非心齋也汝一
志無以耳聽而以心聽無以心聽而以氣聽
疏瀹汝心志澡雪汝精神掊擊汝智慮我將
語○汝夫道冥然難言哉將為汝試言其約略○
爾混元皇帝聖紀云按諸經齋法略有三種
一者設供齋以積德解愆二者節食齋可以
和神保壽斯謂祭祀之齋中士所行也三者
心齋謂疏瀹其心除嗜慾也澡雪精神去穢
累也掊擊其智絕思慮也夫無思無慮則專
道無嗜無慾則樂道無穢無累則合道既心
無二想故曰一志焉蓋上士所行也夫齋者
齊也齊整三業乃為齋矣若空守節食既心
識乖齊又唯存一志則口無貪味謂並二法
表裏相資大戒經云夷心靜默專想不二過
中不味內外精虛是也子雖薄閑節食未解
調心故示齋法今其受道而末學之徒孰能
虛心一志哉夫鄙乎祭祀之教自謂得心齋
之理蓋嗔喝息慢之夫矣雖口談空寂無解
其目是自矜也

洞玄靈寶六齋十直

道教五戒一者不得殺生二者不得嗜酒三
者不得口是心非四者不得偷盜五者不得
淫色十善一念孝順父母二念忠事君師三○
念○慈心萬物四念忍性容非五念諫諍蠲惡
六念損己救窮七念放生養物種諸果林八
念道邊舍井種樹立橋九念為人興利除害
教化未悟十念讀三寶經律恒奉香花供養
之具凡人常行此五戒十善恒有天人善神
衛之永滅災殃長臻福祐唯在堅志

年六齋

正月　三月　五月　七月　九月　十一月

月十齋

一日北斗下　八日北斗司殺君下　十四日太

一使者下十五日天帝及三官俱下十八日
天一下二十三日太一八神使者下二十四
日北辰下二十八日下太一下二十九日中
太一下三十日上太一下
自下中上三太一下日皆天地水三官一切
尊神俱下周行天下伺人善惡
甲子日太一簡閱神祇庚申日伏尸言人罪
過本命日計人功行八節日有八神記人善
惡三元日天地水官校人之罪福

六種齋

○第一道門大論云上清齋有二法○
一絶群獨宴靜氣遺形清壇肅侶依太真
儀格
一心齋謂疏瀹其心澡雪精神
第二靈寶齋有六法
第一金籙齋救度國王
第二黃籙齋救世祖宗
第三明真齋懺悔九幽
第四三元齋首謝違犯科戒
第五八節齋懺洗宿新之過
第六自然齋爲百姓祈福
第三洞神齋精簡爲上絶塵期靈
第四太一齋以恭肅爲首
第五指教齋以清素爲貴
第六塗炭齋以勤苦爲功
已上諸齋自古及今登壇告盟啓誓玄聖或
三日七日九日十五日皆晝夜六時行道轉
經禮懺儀格甚重除上清絶群獨宴靜氣遺
形心齋之外自餘皆是爲國王民人學真道
士拔度先祖已躬謝過禳災致福之齋此府
○移代同異不無詳略於靈寶齋中爲平景之○
齋既無宿齋亦無言功唯只一時或兩時懺
悔亦不三時上香步虛禮經歪闕或小小齋
中三禮數願隨時去取逐便制儀既非大集
心達而已

二種齋

本相經曰齋有二種一則極道二則濟度極
道者謂發心學道從初至終念念持齋心心
不退復有二門一謂志心二謂滅心志心者
始終運意行坐動形寂若死灰同於枯木滅

諸想念唯一而已誠心者隨念隨忘神行不
係歸心於寂直至道場齋度者謂迴心至道
翹想玄真願福降無窮災消未兆又云虔心
者唯罄一心丹誠十極燒香禮拜唯求於道
捨財者市諸香油八珍百味營饌供具屈請
道士及以凡器歸心啓告委命至真內泯六
塵外齊萬境冥心靜慮歸神於道克成道果
永契無爲救濟存亡拔度災苦隨其分力福
降不差功德輕重各在時矣

十二齋

○玄門大論一者金籙齋上消天災保鎮帝王○
簡文亦云兼爲師友
二者玉籙齋宗云正爲人民今此本未行於
世
三者黃籙齋拔拔地獄罪根開度九幽七祖
四者上清齋求仙念真鍊形隱景
五者明真齋學士自拔億曾萬祖長夜之魂
六者指教齋請福謝罪禳災救疾
七者塗炭齋拔罪謝殃請福度命
八者三元齋學士己身悔罪
九者八節齋學士謝過求仙
十者三皇子午齋輔助帝王保安國界
十一者靖齋如千日百日三日七日修真之
用
十二者自然齋救度一切存亡自然之中修
行時節

八節齋

凡八節之日是上天八會大慶之日也其日
諸天大聖尊神上會靈寶玄都玉京上宮朝
慶天真奉戒持齋遊行誦經此日修齋持戒○
○宗奉天文者皆爲五帝所舉書名玉曆

心齋

南華真經曰顏淵問道於孔子孔子曰汝齋
戒吾將告汝顏淵曰回貧唯不飲酒不茹葷
久矣孔子曰是祭祀之齋非心齋也汝一志
無以耳聽而以心聽無以心聽而以氣聽疏
瀹汝心除嗜欲也澡雪汝精神去穢累也掊
擊其智絕思慮也夫無思無慮則專道無嗜
無慾則樂道無穢無累則合道既心無二想
故曰一志

齋直

三天內解經曰夫為學道莫先乎齋外則不染塵垢內則五藏清虛降真致神與道合居能修長齋者則道合真不犯禁戒也故天師道教為學不修齋直冥如夜行不持火燭此齋直應是學道之首夫欲啓靈告冥建立齋直者宜先散齋不使宿穢臰腥消除肌體清潔無有玷汙然後可得入齋不爾徒加洗沐臰穢在肌膚之內湯水亦不能除

三元齋品曰建齋之日當輸金真玉光九天之信置於五帝以招神致靈

三元齋品曰學法未備即俯仰之格多不合儀金鑠流珠經曰古來呼齋曰社會今改為齋會

太上太真科經曰消遺世務三業為修齋存三守一齋為本基齋者齊也潔也淨也不必六時行道三時講經晝夜存念懺悔請福千道玄虛更失萬一能得一者心攝三業能攝身者端拱不擾能攝口者默識密明能攝心者神與道合如斯為主成聖真仙未合此者攝身朝禮離殺盜淫攝口誦經免妄言綺語兩舌罵詈攝心存神脫貪恚癡十惡既去十善自來去來至極與道合真

釋齋有九食法

玄門大論云齋法大略有九一者麤食二者蔬食三者節食四者服精五者服牙六者服光七者服氣八者服元氣九者胎食麤食者麻麥也蔬食者菜茹也節食者中食也服精者符水及丹英也服牙者五方雲芽也服光者日月七元三光也服氣者六覺之氣太和四方之妙氣也服元氣者一切所稟三元之氣太和之精在乎太虛也胎食者我自所得元精之和為胞胎之元即清虛降四體之氣不復闚外也麤食止諸躭嗜蔬食棄諸肥腯節食除煩濁服精其身神體成英帶服牙變為牙服光化為光服六氣化為六氣遊乎十方服元氣化為元氣與天地合為體服胎氣久為嬰童與道混合為一也此之變化運運改易不復待捨身而更受身往來死生也今意方法未必止是食事其或是方樂或按摩

等事可尋也

說雜齋法

三元品戒經云正月七日天地水三官檢校之日可修齋聖紀云正月七日名舉遷賞會齋七月七日名慶生中會齋十月五日名建生大會齋三官考覈功過依日齋戒呈章賞會可祈景福

明真科云正月三月五月七月九月十一月一歲六齋月能修齋上三天帝令太一使者除人十苦八道秘言云正月三月四月六月○七月八月九月十月十一月此九真齋月一○日十五日二十九日此月中三齋日正月一日名天臘五月五日名地臘七月七日名道德臘十月一日名民歲臘十二月節日名侯王臘此五臘日並宜修齋并祭祀先祖明真科云月一日初八日十四日十五日十八日二十三日二十四日二十八日二十九日三十日已上爲十直齋日庚申甲子八節太一八神下司察人過皆修齋太一欲恍庚申日人身中伏尸上天言人罪過本命日受法人身神吏兵上天計人功過三洞奉道科云正旦爲獻壽齋七日爲延神齋二月八日爲芳春齋四月八日爲啓夏齋五月五日爲續命齋六月六日爲清暑齋七月七日爲迎秋齋八月一日爲遂邪齋九月九日爲延算齋十月一日爲成福齋十一月十五日爲啓福齋十二月臘日爲百福齋二十八日爲迎新齋立春爲建善齋春分爲延福齋立夏爲長善齋夏至爲朱明齋立秋爲遐齡齋秋分爲謝罪齋立冬爲導善齋冬至爲廣慶齋如此等○齋各具本經儀格故學道不修齋戒徒勞山○林矣夫齋者正以清虛恬靜謙卑恭敬戰戰兢兢如履冰谷若對嚴君丹誠謙若必祈靈應檢物內外無使喧雜行齋之人特忌斬衰孝子新產婦人月信未斷及殘瘖瘂疥癈疾等並不得昇齋堂庭壇驅使如願苦求預齋乞解過咎者任投辭爲其陳懺悔謝不得雜登堂宇應行法事等仍遵令別坐兼忌六畜並此等人纖觸真靈賢聖不降乃修齋無功也

凡修齋主虔誠齋官壂肅至如香燈不備亦
曰疎遺啓聖祈真莫先於此香貴在沉水旃
檀依上清香珠丸合和不得用甲麝招真致
靈務存精志如寒棲學真道士修齋單貧不
可致者亦宜以少爲信無令頓闕若純以乳
頭非道家所用也

初登齋靖看焚香氣向東南西北直上者五
帝依向而至登真隱訣云香者天真用兹以
通感地祇緣斯以達信非論齋潔祈念存思
必燒香左右侍香金童必爲招真達意登真
○隱訣云真人攝日暉以通照役月精以朗幽○
故然九光之徽燈晃八方之晝夜

四極明科云立春春分然九燈於庭立夏夏
至然八燈立秋秋分然六燈立冬冬至然五
燈本命日十二燈自此陳乞謝過祈恳用燈
於庭法與修諸齋自有燈數於庭並依記四
時向王唯本命向太歲叩齒二十四通呪曰
高上太真萬聖帝皇五帝玉司總仙監真令
日吉辰八節開陳陽羅陰考絶滅九陰於今
永始拔釋七玄免脫火鄉永離刀山三塗五

苦不累我身得同天地長保帝晨五願八會
靡不如言呪畢解巾叩頭百二十過當令額
向地而已勿令痛竟復巾仰天心念我身今
日上享天恩賜反形骸受生飛仙畢仰咽二
十四氣止如此三年宿愆並除身與真同紫

諸經齋法略有三種一者設供齋可以積德
解愆二者節食齋可以和神保壽斯謂祭祀
之齋中士所行也三者心齋謂疏瀹其心除
嗜慾也澡雪精神去穢累也掊擊其智絶思
慮也夫無思無慮則專道無嗜無慾則樂道○
○無穢無累則合道旣心無二想故曰一志焉
蓋上士所行也詳夫齋者齊也要以齊整三
業乃爲齋矣若空守節食旣心識未齊又唯
在一志則口無貪味之謂也二法表裏相資
故大戒經云夷心靜默專想不二過中不味
內外清虛是也子雖薄閑節食未解調心故
示茲齋法令其受道而末學之徒孰能虛心
一志哉夫鄙乎祭祀之教自謂得心齋之理
盡怠慢之夫矣雖口談寂無解其旨是自矜
爲易云聖人以此齋戒

齋科

道士王纂金壇人也居馬跡山常以陰功救物仁逮蠢動值晉之末中原亂罹饑饉既臻疫癘仍作時有毒癘損斃者多閭里凋荒死亡枕藉纂於靜室飛章告玄三夕之中繼之以泣至三夜有光如晝照其家庭即有祥風景雲紛郁空際俄而異香天樂下集庭中介金執銳之士三十餘人羅列如有所候頃之珠幢寶蓋霓旆羽節紅旌錦旂各二人相對前行即最後又有四青童執花捧香侍女捧案地鋪錦席前立巨屏左右龍虎將軍侍從官將兵士二千許人立兩面若有備衛焉復有金甲大將軍二十六人神王十人次龍虎二君之外班列肅如也須臾笙簫駭空自西北而至五色奇光灼爍豔逸一人佩劍持版而前告纂曰太上道君至矣於是百寶大座自空而下太上道君侍二真人二天帝在座之左右道君坐五色蓮花二真二帝立侍焉纂拜首迎謁跪伏於地道君曰子憫念生民形于章醮刳心杖血感動幽明地司列名盡

化育萬物而五行為之用五行互有相勝各有興衰代謝推遷間不容息是以生之不停氣氣相續億劫已來未暫輟也得其生者合於純陽升天而為仙得其死者淪于至陰在地而為鬼鬼物之中自有優劣強弱剛柔善惡與人世無異玉皇天尊慮鬼神之肆橫害於人也常命五帝三官檢制部御之律令刑章罔不明備而季世之民澆偽者衆淳源既散妖詐萌生不忠於君不孝於家廢三綱五常之教自投死地由是六天故氣魔鬼之徒與歷代已來敗軍死將聚結為黨伐害生民駕雨乘風因衰伺隙為種種病中傷甚多亦有不終天年罹其夭枉者尋於杜陽宮出神呪經授真人唐平使其流布以救於物民間有之世人見三霸白起名謂為虛誕此蓋從來將天上為兵統死為鬼帥有功者遷為法官殘害者猶居魔屬乘五行敗氣為瘵為痒然以陽威憚之神呪服之自當弭戢矣今以神化神呪二經復授於子按而行之以拯護萬民兆庶也即命侍童披九光之韞以神化

經及三五大齋訣授之於紫曰勉而勤之陰
功克充眞階可冀也言訖千乘萬騎西北而
舉升還上清矣慕寘經品齋科行於江表殄
毒鋪彈生靈又康自晉及並齊梁其福者不
可勝紀焉

持齋

無上秘要云昔有道士持齋誦經有一凡人
爲傭作給厨齋堂道士見其用意至日中持
齋因喚與同食食竟爲其說法語此傭人令
隨吾持齋功德甚大可至明日中時復食勿
壞齋徒勞無益能如此者將可得免見世。
窮厄此人稽首受戒而去暮還家其婦一日
待婿具以道士戒言嚮婦婦甚不解遂致嗔
怒傭人不能免其婦意遂壞其齋與婦共食
其後命過天使其人王蜀山千歲樹精恒給
其中食其樹茂盛暑夏之月有精進賢者三
人經過依樹而息賢者歎曰此樹雖凉日已
向中何由得食此人於樹人曰當爲賢者供
設中食無所爲憂須臾食至賢者共食食竟
言曰我見道道在何所此自然非道也因問
樹曰不審大神可得暫降形見與其相面否
此人於樹空中荅曰我非能使人得道者也
具說姓字處所昔常爲道士勸使持齋爲婦
人所壞功德不全致令使我守此樹精不能
得出天以我昔經齋中食令每至中給我齋
食口不暇食又無緣得還故屈賢者爲至我
舍道我如此能爲我建三日齋戒我身便得
昇天賢者感此人意爲尋其家具以其言語
家人如此家人卽爲建齋請諸道士燒香誦
經三日謝過此人卽得飛行昇入雲中於景
霄之上受書爲散仙人故齋之功德甚重不。
可不修此人半日持齋死經一日卽時出身
不拘一年而得爲仙故天計功過明之不虧
也夫爲學者可慇持齋戒以期冥感能修之
者必獲昇勝之舉

陰陽雜齋日

三會日
正月七日舉遷賞會齋 七月七日慶生中會齋
十月五日建生大會齋 三會日三官考覈功
過宜受符籙齋戒呈章以祈景福

五臘日

正月一日名天臘齋 五月五日名地臘齋 七月七日名道德臘齋 十月一日名民歲臘齋 十二月節日名侯王臘齋

五臘日常當祠獻先亡名爲孝子得福無量餘日皆是淫祀通前三元日爲人解日皆可設醮供求福焉

明真科云甲子日夜半時甲戌日黄昏時巳上天皇真官下日

甲申日晡時甲午日日中時巳上地皇真官下日

甲辰日食時甲寅日平旦時巳上人皇真官下日

右其日修齋五嶽四瀆神君各依方位糾察善惡無不上聞

又丁卯日日出時丁丑日雞鳴時巳上天皇真官下日

又丁酉日日入時丁亥日人定時巳上地皇真官下日

又丁未日日昳時丁巳日禺中時巳上人皇真官下日

其日修齋五嶽真人各遣五神營衛記名仙籙

雲笈七籤卷之三十七

[illegible]

說戒

說十戒

王清經本起品云道言昔元始天尊與諸賢聖億億萬衆處處周旋最後下觀棄賢世界有一國王名曰德正直利根辯慧爲衆生故而爲道首遍告國內臣民男女言今得太平天下無事大災消滅兵刃不起百穀成熟皆由道恩非自然也何以報道罔極之恩唯當傾心盡意恭敬供養造立宮觀香花燈燭晨夕禮誦齋戒悔過以求福祐於是天尊命巨靈仙人而告王曰子爲一國之主天下所推凡間之貴不先於此但以正法治化不枉人民亦足功感上天何煩秘要秘要之道卒難可聞然秘要之階不過慈善慈善之法不遠科戒戒有多種人亦多品上品之人身先無犯亦無所持中品之人心有上下觀境即變以戒自制不令放逸如此之人或受十戒五戒以自防護下品之人惡心萬般難可禁制下品之中復有二品上品者身欲奉戒或受一百九十九戒或受觀身三百大戒或受千二百威儀之戒以自防保令無越逸下品者身同禽獸雖有人形而無人心縱受其戒終無所益今且受第二中戒十種科禁入道初門諸人聞說歡喜抃蹈悉皆俯伏而奉戒言天尊告曰

第一戒者不得違戾父母師長反逆不孝

第二戒者不得殺生屠害割截物命

第三戒者不得叛逆君王謀害家國

第四戒者不得淫亂骨肉姑姨姊妹及他婦女

第五戒者不得毀謗道法輕泄經文

第六戒者不得汙漫靜壇單衣裸露

第七戒者不得欺凌孤貧奪人財物

第八戒者不得裸露三光厭棄老病

第九戒者不得耽酒任性兩舌惡口

第十戒者不得凶豪自任自作威利

右此十戒當終身奉持

大戒上品 并叙

太上洞玄靈寶消魔寶真安志智慧本願大
戒
上品經云太極仙公於天台山靜齋念道稽
首禮拜請問太極法師徐來勒曰弟子有幸
得侍對天尊自閒微言彌綸萬劫洞觀道源
過泰之歡莫有諭也願玄少好神仙白日飛
騰之道必想上聖恒以髣髴大經微遠妙賾
難通將祭口訣釋我冥津洞暢虛漠有無都
盡矣近而未究人生宿世因緣本行之由今
願天尊覺所未悟是時太上玄高真人嘯咏○
○步虛洞章歡然含豫揮金顏而言曰子以累
劫念道致太極玉名寄慧人中將獨步玉京
超逸三界巍巍乎太上仙公之任矣故慈心
於天人念度於後學也常以外身濟物有德
而弗名玄都所詮諒不虛矣而謂太極真人
曰卿受太上虛皇道君之教為其師保亦必
盡教以高上大洞之淵賾也豈俟彼多陳乎
吾受任忝為都教之法師至於執卷由子矣
太極真人答曰此童真之人名列金簡才曾
清逸景秀太上玄微洞虛故當為仙公之任

弘道大度者也吾忝受教化愧不足為彼宗
匠太上有命何敢不傾盡哉眾妙之鏡仰賴
於法師矣太極真人又曰夫道無也彌綸無
窮子欲尋之近在我身乃復有也因有以入
無積念以得妙萬物芸芸譬於幻耳皆當歸
空人身亦然身死神逝喻之如屋屋壞則人
不立身敗則神不居當制念以定志靜身以
安神寶氣以存精思慮兼忘冥想內視則身
神並一身神並一近為真身也此實由宿世
本行積念累感功濟一切德蔭萬物因緣輪○
○轉罪福相對生死相滅貴賤相使賢愚相傾
貧富相欺善惡相顯其苦無量皆人行願所
得也非道非天非地非人萬物所為矣正由
心耳此對既鍾亦難脫也弱喪之徒信道者
少宿命者多不積善定念修德理身而欲忽
德忘身強求外物其可得哉既已不能莫不
傷身矣故有道之士取諸我身無求乎人道
言修身其德乃真斯之謂也夫學道不受大
智慧道行本願上品大戒無緣上仙也子有
宿命是以見此經其文隱秘立信勤心然後

而傳不可妄示不信必發異念異念既生彼此獲罪是故藏之於無待有應爲仙王者乃告爲是時雲龍踊躍諸天散華飛香芙烟山海靜波魍魎冥默鬼魅消亡神魔降伏五苦俱解長離地獄惡者返善信順受福爾乃命太極侍經仙人劉文靜披雲羅而授經也太極眞人曰宿世禮奉經師口誦身行布施尼困歸崇三寶君親忠孝遠慕山水棲憩賢儒虛心有道燒香散華護度一切修道樀遏信順宿命靜思忍情其行也上可昇仙度世下可輪轉富貴生爲人尊容貌偉秀才智清遠爲人之道莫不具足夫居世富貴笑於貧賤令報以貧賤居世好殺令報以傷殺居世輕易笑於醜陋令報以醜陋居世聰明不教於人令報以頑塞居世常樂笑於困病令報以滯疾居世不信道笑於經教令報以下愚長與道隔女人居世奪人壻者令報以少寡男子居世謗人婦女令報以鰥獨居世發心爲夫妻而後世不得俱生人道死爲鬼魅令報以本念成於邪病自非大法莫有解其宿纏

而消此邪病矣夫爲父母兄弟姊妹夫妻君臣師保朋友皆先世所念願爲因緣展轉相生莫不有對者哉故曰僻伏難窮矣唯學仙道士當兼忘因緣絕滅生死同歸乎玄以入妙門能知是者始可與言學道之本也

若見居家妻子當願一切早出愛獄攝意奉戒
若見飲酒當願一切制於命門以遠禍亂
若見彩女當願一切守情忍色志慕賢貞
若見淫人當願一切除棄邪念翹心禁戒
若見婦人當願一切忍割浮華樂道自娛
若見貞人當願一切獲信正化日入法門
若見衆人當願一切推仁無爭懷道安世
若見善人當願一切時刻存念仰執眞道
若見惡人當願一切棄凶即吉不犯王法
若見貧人當願一切損身施惠後受大福
若見富人當願一切救濟萬物世世受祿
若見貴人當願一切承其教旨悉令典訓
若見賤人當願一切勤修匪懈各得所爲
若見帝王當願一切奉仰王道孝如父母
若見主相當願一切受其教制四方歸仁

若見兵甲當願一切各念仁心天下讓賢
若見王子當願一切日歌太平係國承家
若見賢人當願一切復行其德道爲世宗
若見法師當願一切明解法度得道無爲
若見栖山道士當願一切悉見法門速得昇
仙
若見教化當願一切親受聖教皆爲淵博
若見聖人當願一切尊禮侍見諸國並瞻
若見仙人當願一切真道悉成飛昇天堂
若見城郭當願一切嚴整修飾以道爲基
若見大國當願一切歸宗慕德若水注海
若見小國當願一切知止虛冲安其所居
若見市朝當願一切群賢雲萃悉弘正道
若見靜觀當願一切功德巍巍天人得道
若見齋戒行香當願一切道德日新庠序雅
正
若見誦經當願一切登上高座咸聞聖音
若見經教當願一切各各受讀禮習普行教
化
若見樓觀當願一切洞觀十方無所隱藏

若見高山當願一切智思無量輔成家國
若見栖憩茂林當願一切安居自在廕庇含
識
若見好學當願一切得成師宗養徒數教
若見淨手當願一切常執經書無時暫輟
若見善口當願一切眈味洞經日新不猒
若見動足當願一切超步三界飛行上清
若見靜止當願一切滅景傳真安閑空寂
若見飲食當願一切棄累入淨存得道味
若見大藏當願一切除其災害施爲福田
若見疾病當願一切以道自安免此苦厄
若見死喪當願一切學道常存濟度三徒
若見畋獵當願一切不爲始終入爲無罪
若見夷狄當願一切得生中國不生邊地
若見少年當願一切及時學問遂成學名
若見老病當願一切以道攝生不更衰老
若見三光當願一切普明靈曜闇冥即消
若見雲雨當願一切恩澤盈溢無所不宜
若見素雪當願一切常居潔白逍遙自在
若見靈風當願一切軀懷披散德流遐邇

若見淨水當願一切洗垢滌虛平等其心
若見名香當願一切受鼓芳淨衆穢蕭然
若見好華當願一切榮敷諸聖相好具足
若見車馬當願一切得道無爲乘風駕龍
若見絃歌當願一切翫經歎法以道娛樂
若見福食當願一切無不飽滿世享天廚德
流後人如水歸海宗廟齊長常居貴盛世與
四華俱生王家
若見散施當願一切禍滅九陰福起十方德
如山海莫不興隆七祖生天子孫賢忠富貴○
○巍巍所欲皆從學道飛仙駕雲乘龍道士坐
卧常願我等四大合德同體道真長存玄都
師友自然齊度十方天下受恩逍遙無爲洞
觀妙門

禮經祝三首 真人口訣云侍經仙童玉女聞此祝皆歡喜而禮兆身也是大驗每用此祝而禮拜矣若冥心禮經者亦心祝其文乃上仙之妙祝也

第一首

樂法以爲妻愛經如珠玉持戒制六情念道
遣所欲淡泊正氣停蕭然神靜嘿天魔並敬
護世世受大福

第二首

藹藹家國盛濟濟經道興天人同其願縹緲
入大乘因心立福田靡靡法輪昇七祖生天
堂我身白日騰

第三首

大道洞玄虛有念無不契鍊質入仙真遂成
金剛體超度三界難地獄五苦解悉歸太上
經靜念稽首禮

○太極真人曰學昇仙之道當立千二百善功○
終不受報立功三千白日登天皆濟人應死
之難也施惠其人尤善矣學道當令衆行合
法廣建福田發大慈之心動靜常起道意能
如是也吐納服藥佩符讀經精進終身不倦
豈有不得仙乎人無此德雖服藥佩符讀經
齋戒故終命而不驗矣學士明思要言太極
真人曰立三百善功可得長存地仙若一功
不全則更從一始而都失前功矣常有其念
在於心嘗者則是也若尊人作善即爲善功

也太極真人曰常念誦洞經修行大慈先人後身揚善化惡斷絕衆緣滅念守虛心如太玄爲道是求始謂能言神仙之道也太極真人曰吾昔受太極智慧十善勸助德戒於高上大道虛皇世世宗奉修行大法度人甚易此自然之福也太上以普教天人令各得本願始入法門長存無爲不受十苦八難罪對罷散地獄休息三官日日寧閑世世榮樂咸脫羅網後生安泰天性恬然所願隨得其戒如上以傳賢信

十善勸戒曰勸助禮敬三寶供養法師令人世爲君子賢孝高才榮貴巍巍生爲人尊門族昌熾

三寶者謂道經師也能養生教善行爲人範是名法師也

戒曰勸助治寫經書令人世世聰明博聞妙賾恒值聖世見諸經教能誦章句

戒曰勸助建齋淨治令人世世門戶高貴身登天堂飲食自然常居無爲

戒曰勸助香油衆供令人世世芳盛香潔光明容貌絕偉天姿高秀

戒曰勸助法師法服令人世世閑雅逍遙中國不墮邊夷男女端正冠冕玉珮稱諸身飾

戒曰勸助國王父母子民忠孝令人世世多嗣男女賢儒不受諸苦

戒曰勸助齋靖讀經令人世世不墮地獄即昇天堂禮見衆聖速得返形化生王家在意所欲玩好備足七祖同歡善緣悉備終始榮樂道法轉至將得仙道

戒曰勸助衆人學經令人世世才智洞達勤靜威儀常爲人師

戒曰勸助一切布施諫諍善事令人世世壽考富樂常無怨惱

戒曰勸助一切民人除嫉去欲履行衆善令人世世安樂禍亂不生病者自愈仕宦高遷爲衆所仰莫不吉祐門戶清貴天人愛育神魔恒護常生福地

太極真人曰人之行惡莫大於嫉殺貪奢驕婬也若此一在心伐爾年命矣挾之以學神仙者不亦悲乎

太霄琅書十善十惡

十善既行十惡自息息惡行善大惡德成是以上品戒云郵死度生救疾治病施惠窮困割己濟物奉侍師主營建靜舍書經校定修齋念道退身讓義不爭功名宣化愚俗諫諍解惡遏道立井植種果林教化童蒙勸人作善施為可法動靜可觀教制可軌行常使然十善遍行謂之道士不修善功徒勞山林能信斯旨勤尊諸戒戒部甚多隨緣所得無數諸戒無央科律皆輸一神捕於三業三業者口身心也運動造作善惡無量無量善惡十為惡端一者妄言二者綺語三者兩舌四者罵詈此四口惡返之則善五者貪愛六者竊盜七者姦婬此三者屬身八者嫉妬九者恚瞋十者邪癡此三者屬心心業最重為十惡根斷絕十惡修十善本實言直語通和講誦謙讓捨財內外貞潔慶讚權喜敬信三尊備此十善十惡永除

思微定志經十戒

一者不殺當念眾生二者不婬犯人婦女三者不盜取非義財四者不欺善惡反論五者不醉常思淨行六者宗親和睦無有非親七者見人善事心助歡喜八者見人有憂助為作福九者彼來加我志在不報十者一切未得道我有不悕經云時有十二年少處世間樂日日相就共作好食酣飲嬉戲或復論議持戒之難易天尊以道眼遙見此人前世曾為人師而祕悕經典違諸弟子於道之心亦復猶豫因此微緣猶可度耳於是

天尊化作凡人從會中過託之乞食因悉共語諸年少輩復論如初中一人曰我數隨兄至安樂山見諸道士悉持十戒肅肅甚佳洎至於死魂神所在亦當不虛但其十戒人持難悉從耳化人曰持此甚易違此甚難諸人問化人曰云何持戒則易不持返難化人曰立身如戒上不畏天子亦不畏鬼神何謂之難違戒之者悉畏之是難也其中一人曰餘戒可持惟酒難斷所以者何我先服散散者發之日非酒不解是故難耳化人曰散發所須此乃是藥將養四大樂適可通但勿過量

耳一人曰餘事即可妄語其難所以者何若有密事在尊長前應爲隱諱而人見問不得欺欺即犯戒是故爲難化人曰事有隱諱而人見問不得欺欺即犯戒是故爲難化人曰事有隱諱理有方便此亦可通但勿善惡返論說其長短耳一人曰餘戒即可唯盜戒難小小之間以挂犯目化人曰大事實難小小之間益可愼之而說偈曰

何不受盜戒　不受盜亦難　孰云闇昧中
中有記盜官　取一年年倍　倍倍殊不寬
以手捧鎔銅　燒口煮心肝　一朝言此苦
終年循心酸　何不受此戒　保持必令完
我信彼亦信　在在無不安　安坐招靈人
永享長年歡

一人曰餘戒悉易淫最難斷所以爾者我曾履斯事數隨兄中食當中食時自云一日精進無不過理亦謂身後當得此齋戒之福至是夕夜是我所愍輙來狡獪雖苦加抑遮不覺已爾每每如此是知最難化人曰色者是想爾想悉是空何有色邪但先自觀身知身無寄便知無色何可不忍且淫慾頻恣如飲鹹水飲多渴多唯死而已何有猒足而說偈曰

色慾劇於渴　小忍差可度　何爲進鹹水
水鹹益渴故　子能善解渴　當飲天甘露
甘露香且薰　通體皆流布　天人尋香降
玄趣自然悟　㵗㵗永無爲　長保九天祚

一人曰餘悉可從唯煞難戒所以者何我好啖雞一食無雞了自無味數日便瘦化人曰賢者肥爲人患瘦即體輕用肥何爲即說偈曰

賢賢戒其煞　亦無懷煞想　衆生雖微微
亦悉樂生長　如何害彼命　而用以自養
自養今一時　累汝自然爽　長淪三塗中
辛苦還復往　善惡各有緣　譬如呼有響
何不改此行　慈心以自奬　眞人攜手遊
逍遙雲景上

說此偈已化人見大威變極道之姿侍從僚屬鈞天大樂非可目名返於上方諸人悉見喜懼交集并聞要說意解開悟俱登道果

十八　十二　十六　十五

妙林經二十七戒

元始天尊告諸四衆一切衆生貪著有爲欣生惡死息雖求生由造死業不持戒行假使長壽猶如老樹有何殊别若持戒行死補天官升仙自在人雖有王公之位上至帝皇死皆重罪無益冥神受苦不可堪忍善男子汝等思惟明奉戒行直心行道吾爲汝說天下萬物無有長存有死有生有成有敗日出則没月滿則虧從古至今誰能還返若有道德不生不滅修善者今月亦善今日亦善今時。亦善善善積德諸行修足善念護持令入法寶戒曰

不得盜竊人物　不得妄取人財
不得妄言綺語　不得因恨殺人
不得貪嗔癡狠　不得慢老欺人
不得呪詛毒心　不得罵詈高聲
不得訾毀謗人　不得兩舌邪佞
不得評人長短　不得好言人惡
不得毀善自譽　不得自驕我慢
不得畜毒藥人　不得投書諂善
不得輕慢經教　不得毀謗聖文
不得恃威凌物　不得貪婬好色
不得好殺物命　不得耽酒迷狂
不得殺生淫祀　不得燒野山林
不得評論師長　不得貪惜財賄
不得言人陰事

老君二十七戒

行無爲行柔弱行守雌勿先動此上最三行
行無名行清靜行諸善此中最三行
。行忠孝行知足行推讓此下最三行
右九行二篇八十一章集合爲道舍尊卑。同科九行備者神仙六行備者壽三行備者增年

戒勿費用精神戒勿食含血之物樂其美色戒勿傷王氣戒勿貪寶貨戒勿忘道戒勿爲妄動戒勿技形名道戒勿殺生戒貪功名此上九戒

戒勿爲耳目鼻口所娛戒常當謙讓戒舉百事詳心勿惚恫戒勿學邪文戒勿貪身好衣美食戒勿求名譽戒勿貪高榮强求戒勿輕

跡戒勿盈溢此中九戒

戒勿與人諍曲直得失避之戒勿為諸惡戒勿猒貧賤强求富貴戒勿多忌諱戒勿稱聖人大名戒勿强梁戒勿禱祠鬼神戒勿自是戒勿樂兵此下九戒

右二十七戒二篇共合為道淵尊卑同行上備者神仙持十八戒備者壽持九戒備者增年不横夭矣

雲笈七籤卷之三十八

雲笈七籤卷之三十九　廿九

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房奉進

說戒

老君說一百八十戒并叙

昔周之末赧王之時始出太平之道太清之教老君至瑯琊授道與干君干君受道法遂以得道拜為真人又傳太平經一百七十卷甲子十部後帛君篤病從干君授道護病病得除差遂復得道拜為真人今瑯琊有木蘭樹干帛二君所治處也幽王時老君教胡還當入漢中過瑯琊干君得見老君老君謂干君曰吾前授汝助人救命愛念萬民拜署男女祭酒廣化愚人分布弟子使上感天心下動地祇當令王者歡心而自噴以來吾遥從千萬億里觀之諸男女祭酒託老君尊位貪財好色擅色自用更相是非各謂我心正言彼非真利於供養欲人奉已憎惡同道妬賢嫉才驕恣自大禁止百姓當來從我我道最正彼非其也皆不當爾故來相語干吉稽首再拜伏地叩頭百下唯唯告曰太上從今日

已去不知當何由去諸男女祭酒之重罪令
祭酒輩空活既蒙道祐可得昇仙壽終之後
不入九地下牢之苦非但祭酒復其萬民萬
民無知法則祭酒之罪臣之過咎實在於己
也唯願太上赦既往之失署臣脩將來之善
耳臣于吉死罪死罪老君曰可正安意定坐
吾恐大道澆季萬民喪命一二祭酒死入九
幽之下不足痛也吾但念萬民痛耳汝當善
聽記錄心中當為後世作法則勑諸男女祭
酒令改往行從今之善老君曰人生雖有壽
○萬年者若不持戒律與老樹朽石何異寧一○
日持戒為道德之人而死補天官尸解昇仙
世人死有重罪無益魂神魂神受罪耳祭酒
明奉行之乃曰諸祭酒各明聽天下萬民無
有長存人生有死物成有敗日出則沒月滿
則缺從古至今誰能長存者唯道德可久耳
今月亦善今日亦善今時亦善諸賢亦善師
甲亦善弟子亦善萬神備具吏兵皆到今吾
以諸賢故念萬民之命故授王甲禁戒重律
當三遍讀之然後說戒曰

第一戒不得多畜僕妾
第二戒不得婬他婦人
第三戒不得盜竊人物
第四戒不得殺傷一切物命
第五戒不得妄取人一錢已上物
第六戒不得妄燒敗人一錢已上物
第七戒不得以食物擲火中
第八戒不得畜豬羊
第九戒不得邪求一切人物
第十戒不得食大蒜及五辛
○第十一戒不得作草書與人
第十二戒不得多以書相聞
第十三戒不得以藥落去子
第十四戒不得燒野田山林
第十五戒不得以金銀器食用
第十六戒不得求知軍國事及占吉凶
第十七戒不得妄與兵賊為親
第十八戒不得妄伐樹木
第十九戒不得妄摘草花
第二十戒不得數見天子官人妄結姻親
○

第二十一戒不得輕慢弟子邪癡以亂眞
第二十二戒不得貪惜財物
第二十三戒不得妄言綺語隔戾嫉妬
第二十四戒不得飲酒食肉
第二十五戒不得多積財物侮蔑孤貧
第二十六戒不得獨食
第二十七戒不得販賣奴婢
第二十八戒不得破人婚姻事
第二十九戒不得持人長短更相嫌恨
第三十戒不得自習妓樂
第三十一戒不得言人惡事猜疑百端
第三十二戒不得言人陰私
第三十三戒不得說人父母本末善惡
第三十四戒不得面譽人屏處論人惡
第三十五戒不得以穢汙之物調戲人
第三十六戒不得以毒藥投淵池江海中
第三十七戒不得獨與宗族爲親
第三十八戒不得輕賤他人之尊長
第三十九戒不得自殺
第四十戒不得勸人殺

第四十一戒不得別離他人家口
第四十二戒不得因恨殺人
第四十三戒不得投書譖人
第四十四戒不得自用
第四十五戒不得自貴
第四十六戒不得自驕
第四十七戒不得妄鑿地毀山川
第四十八戒不得惡言罵詈
第四十九戒不得以足踏六畜
第五十戒不得掩人目
第五十一戒不得以厭治病
第五十二戒不得希望人物
第五十三戒不得竭水澤
第五十四戒不得評論師長
第五十五戒不得裸形露浴
第五十六戒不得輕慢經教
第五十七戒不得慢老人
第五十八戒不得觀六畜交陰陽
第五十九戒不得調戲于人
第六十戒不得持威勢凌人

第六十一戒不得阿旗所親

第六十二戒不得帶刀杖若軍中不從此律

第六十三戒不得多作門戶別離居處

第六十四戒不得起瞋恚

第六十五戒不得罵人作奴婢

第六十六戒不得立小便

第六十七戒不得黥奴婢面

第六十八戒不得呪人命死敗亡

第六十九戒不得快人死敗

第七十戒不得亂縱行遊

第七十一戒不得張目視人

第七十二戒不得舌吐向天

第七十三戒不得橫求人物

第七十四戒不得強乞擾亂百姓

第七十五戒不得為世俗人賦歛

第七十六戒不得為世俗人作禮頭主

第七十七戒不得為人圖山塚宅起屋

第七十八戒不得上知星文卜相天時

第七十九戒不得漁獵傷煞衆生

第八十戒不得淫泆他婦別離夫妻

第八十一戒不得視弟子偏頗視弟子當如其子

第八十二戒不得奪人職中火

第八十三戒不得馳騁世俗吊問死喪宜當哀恤之

第八十四戒不得與俗人共相群黨更相嘲毀

第八十五戒不得敗人成功言是己德

第八十六戒不得擇好室舍好牀臥息

第八十七戒不得訾毀人物以為惡

第八十八戒不得自舉己物以為好

第八十九戒不令驚怕令人恐悸

第九十戒不得擇人飲食為好惡說

第九十一戒不得為人往來惡言

第九十二戒不得以縣官中傷人民

第九十三戒不得預人間論議曲直事

第九十四戒不得強取人物以為恩重

第九十五戒不得冬天發掘地中蟄藏蟲物

第九十六戒不得輕行妄遊日月馳騁

第九十七戒不得妄上樹探巢破卵

第九十八戒不得籠罩鳥獸
第九十九戒不得穿人家壁闚看人家內婦
女
第一百戒不得以穢汙之物投井中
第一百一戒不得塞池井
第一百二戒不得欺誣老人
第一百三戒不得妄發讀人書
第一百四戒不得謗枉良人為奴婢
第一百五戒不得積聚財寶以招凶禍
第一百六戒不得貪戀居家
○第一百七戒不得藏埋器物
第一百八戒不得破壞見錢
第一百九戒不得在平地然火
第一百十戒不得施棍棘著道中
第一百十一戒不得多言弄口舌
第一百十二戒不得以書字之物自投埋於
厠前
第一百十三戒不得向佗神鬼禮拜
第一百十四戒不得多畜世俗占事之書及
八神圖皆不得習

第一百十五戒不得與兵人為侶
第一百十六戒不得便溺生草上及人所食
之水中
第一百十七戒不得與寡婦親愛
第一百十八戒不得祠祀鬼神以求僥倖
第一百十九戒不得為人多作忌諱
第一百二十戒不得自多忌諱
第一百二十一戒不得妄輕入江河中浴
第一百二十二戒不得妄假舉人物以為禮
賂
○第一百二十三戒不得為人保任券契買賣○
田宅奴婢之事
第一百二十四戒不得與淫泆之家更相往
來
第一百二十五戒不得錄毒藥著器中
第一百二十六戒不得作惡厲聲常當喜笑
第一百二十七戒不得為人作辭訟知人官
事
第一百二十八戒不得求密謀之書讀之
第一百二十九戒不得妄鞭打六畜群衆

第一百三十戒不得無故走馬馳車

第一百三十一戒不得以手圍食殘啗衆鋪

第一百三十二戒不得驚鳥獸

第一百三十三戒不得向弟子評論人家食飲善惡

第一百三十四戒不得妄開決陂湖

第一百三十五戒不得自衒治病病家自當來請求乃可往之

第一百三十六戒不得獨行行與人俱

第一百三十七戒不得爲人謀合私利

第一百三十八戒不得廣求寶物

第一百三十九戒不得帶女人入山皆應別岐異室

第一百四十戒不得叛本逐末

第一百四十一戒常當設供養勿作難易

第一百四十二戒常當念清儉法慕清賢鹿食牛飲

第一百四十三戒常當慎所投止先行視之勿所驚觸

第一百四十四戒常當迴向正一不得俗事

第一百四十五戒常當立大意秉志不得雜犯須遵三尊教命

第一百四十六戒常當勤避嫌疑不得欺父母因君師

第一百四十七戒常當勤求長生晝夜勿倦不得懈慢

第一百四十八戒常當勤避惡處勿貪祿苟榮利

第一百四十九戒常當勤服氣斷穀食爲不死道不得貪於飲食

第一百五十戒常當勤避兇人不得棄背朋友

第一百五十一戒不得每飲食從一邊起及數吒言其美惡

第一百五十二戒每燒香當爲萬姓請願令天下太平不得爲己

第一百五十三戒凡人呼汝爲祭酒汝勿顧畏人自作輕躁爲百姓所不足

第一百五十四戒每得人食常當祝願令主人得福一切飽滿

第一百五十五戒常時無事不得多聚會人衆飲食狼藉
第一百五十六戒常時無事不得妄受人禮敬
第一百五十七戒若入他處必先問賢人善士當親依之不得自負
第一百五十八戒若入他處必先問其國所禁忌
第一百五十九戒凡入人家必先問人家尊親名諱
○第一百六十戒凡至人家不得希望主人飲○食
第一百六十一戒不得與女人同行
第一百六十二戒不得與男女冥室中共語
第一百六十三戒凡衣物不得過畜三通
第一百六十四戒凡男女不得共坐食飲交手授受
第一百六十五戒凡天時災變水旱不調不得怨歎及其評議
第一百六十六戒凡居世人並惡多善少不得悒悒道自護法
第一百六十七戒若人有罵汝汝但聽服不得應答
第一百六十八戒若人侵謗汝汝但當自悉白大道不得憂怖以損精神
第一百六十九戒若人以惡向汝汝當以善往報之不得怨尤
第一百七十戒若人有持物與甲而乙不得不得便恨人不與已
○第一百七十一戒若人為已聲譽勿喜為已○毀辱亦不得嗔怒
第一百七十二戒若人為已殺鳥獸魚等皆不得食
第一百七十三戒若見殺禽畜命者不得食
第一百七十四戒凡食物見腥敗不得食
第一百七十五戒凡不知所從來物不得食
第一百七十六戒不得絕斷衆生六畜之命
第一百七十七戒若能食菜最佳而不得食向王者
第一百七十八戒不得言已能崇賢重聖吾

當度汝汝遇真仙
第一百七十九戒若行無居家可投便止宿樹木巖石間諷誦一百八十戒文神自營衛汝三重兵賊鬼虎不敢近汝不得少有急慢
第一百八十戒若行戒不犯犯即能悔改往修來勸人奉受念戒不念惡廣度一切五拜神真成汝清志不得轉退
老君告弟子曰往昔諸賢仙聖皆從一百八○十戒得道道本無形從師得成道可師度師○不可輕弟子稽首再拜受命而退

老君說五戒

老君曰是五戒者持身法之根善男子善女人願樂善法受持終身不犯是爲清信得經得法永成道真於是尹喜聞受旣已再拜而問何故有五

老君曰五者攝一切惡猶天有五精以攝萬靈地有五行以攝群生人有五藏以攝神明戒者防也防其失也失而不防則三塗盈逸天人虛空是故五也尹喜曰大乎戒也何故失也

老君曰本得無失而得亦無所失本得無失為前身過去已得此戒故於今身而無失也而今身有失者前身無戒或有而違犯故有失耳雖有失而於今得受持者則見生無失後身復善故旣失而得亦無所失前頌云世世受大福即此義也尹喜所問一失而併舉二失荅之是對其後問頓顯前身此生後身也明人累遣本自無失義見經中

○老君曰五戒者在天爲五緯天道失戒則見○災祥在地爲五嶽地道失戒則百穀不成在數爲五行五數失戒則水火相薄金木相傷在治爲五帝五帝失戒則祚夭身亡在人爲五藏五藏失戒則性發狂

老君曰是五戒於此而順於彼故煞戒者東方木也受生氣尚於長養而人犯煞則肝受其害盜戒者北方水也太陰之精主於閉藏而人爲盜則腎受其殃婬戒者西方金也少陰之質男女貞固而人好婬則肺受其沴酒

戒者南方火也太陰之氣物以之成而人好酒則心受其毒妄語戒者中央土德而人妄語則脾受其辱五德相質不可虧缺

老君曰此五失一則命不成是故不煞者乃至無有煞心不盜者乃至無有邪取不淫者乃至無有邪念不飲酒者乃至無有勢立不妄語者乃至無有漏泄如是可謂戒也

老君曰戒中淫酒能生五惡戒者戒惡也世之男女護淫罹於骨肉上慢下暴毀滅天德沉醉爭訟禍命辱身妄訴欺誑罔有所由六親相盜非但於他煞害衆生利養身口如此○等輩見生受業永墜諸苦備加五惡無有休限如有出者當在邊夷短命傷殘夫婦醜惡及不貞廉貧窮凍露在處不安如有財富爲人所奪言說不信人所不親意慮憎塞衆所慢輕

化胡經十二戒

老君曰戒之不飲酒常當莫念醉五聲味相和混沌亂正氣

戒之不食肉心當莫念煞含血有形類元氣所養活

戒之勿罵詈言當禁咒舌罵人爲自罵咒人爲自殺

戒之勿欺詐言當有成契欺人爲自欺華詞爲有辱

戒之勿爲盜見利當莫取所利爲賊罪貪利更相害

戒之勿淫泆常當與色絕陰形相感動子命爲夭折

戒之勿慳悋有物無過惜富饒當施惠慳貪○後受厄

戒之勿剛強當可自屈折強者必先摧剛者必先缺

戒之勿視聽耳目當常閉遠視令精散枉聽神濁亂

戒之勿言語其口常當吸語煩則費氣多言則有失

戒之勿恚怒心懟當莫發金木水火土五行更相伐

戒之勿淫祀邪鬼能亂真但當存正念道氣

自扶身

修齋求道當奉十戒

第一戒者心不惡妬無生陰賊檢口愼過想念在法

第二戒者守仁不殺愍濟群生慈愛廣救潤及一切

第三戒者守真讓義不淫不盜常行善念損己濟物

第四戒者不色不慾心無放蕩真潔守愼行無玷汙

第五戒者口無惡言言不華綺內外忠直不犯口過

第六戒者斷酒節行調和氣性神不損傷無犯衆惡

第七戒者不得妒人勝己爭競功名每事遜讓退身度人

第八戒者不得評論經教訾毀聖文恭心承法恒如對神

第九戒者不得鬬亂口舌評詳四輩天人咎恨損傷神氣

第十戒者舉動施爲平等一心人和神穆行常使然

說戒喻

海空智藏經曰譬如有人持涅槃欲渡大海爾時海中有一魔賊即從此人乞索涅槃其人聽已思惟念言我今若與必定沒死於是答言今者魔賊汝寧殺我涅槃叵得魔賊復言汝若不能全與我者恩惠其半是人猶故心存不與魔賊又言汝若不能惠我半者請願與我三分之一是人又言寧當俱死終不與彼魔賊又言唯願大慈哀愍我等施我手實是人思惟即自念言是我實者終不與汝魔賊又言若復不能與我實者我今飢窮衆苦所逼願當濟我如微塵許是人復言然我今日方當渡海不知東西近遠云何若當與汝我今身者大海之難何由得往又恐中路沒水而死恨復何及善男子真人童子護持禁戒亦如彼人護惜涅槃不與魔賊善男子真人童子如是守護微妙淨戒亦復如是魔賊又言汝當信我終不相欺但捨涅槃護持

餘槃以是因緣令汝安穩得至彼岸其人爾時應自念言我今寧沒海中終不毀槃魔賊又言汝若不能毀滌槃者可欲汝毀手上寶珍以是因緣令汝安穩得至彼岸如是其人亦復不毀魔賊又言汝若不能捨手寶亦可捨汝明珠以是因緣令汝安穩得至彼岸爾時其人亦復不捨爾時魔賊思惟良久反面而退於是其人乘滌槃行得到彼岸思惟念言我今行者魔賊來難我執滌槃堅固不捨得到彼岸當由我心牢固不捨如是滌槃手

○寶明珠足下金鐺護持堅固起造成庫安著寶槃善男子海空智藏若有衆生護持海空微妙淨戒堅持牢固亦如其人護持寶槃亦復如是矣

雲笈七籤卷之三十九

雲笈七籤卷之四十

[illegible]

說戒

說百病

老君曰救災解難不如防之爲易療疾治病不如備之爲吉今人見背不務防之而務救之不務備之而務藥之故有君者不能保社稷有身者不能全壽命是以聖人求福於未兆絕禍於未有蓋災生於稍稍病起於微微人以小善爲無益故不肯爲以小惡爲無損故不肯改小善不積大德不成小惡不止以成大罪故摘出其要使知其所生焉乃百病者也

喜怒無常是一病　忘義取利是一病
好色壞德是一病　專心係愛是一病
憎欲令死是一病　縱貪蔽過是一病
毀人自譽是一病　擅變自可是一病
輕口喜言是一病　快意逐非是一病
以智輕人是一病　乘權縱橫是一病
非人自是是一病　侮易孤弱是一病

以力勝人是一病
威勢自憎是一病
語欲勝人是一病
貸不念償是一病
曲人自直是一病
以直傷人是一病
惡人自喜是一病
喜怒自伐是一病
愚人自賢是一病
以功自與是一病
名人有非是一病
以勞自怨是一病
以虛為實是一病
喜說人過是一病
以富驕人是一病
以貴輕人是一病
以貧妬富是一病
以賤訕貴是一病
讒人求媚是一病
以德自顯是一病
敗人成功是一病
以私亂公是一病
好自掩意是一病
危人自安是一病
陰陽嫉妬是一病
激厲旁悖是一病
多憎少愛是一病
評論是非是一病
推負著人是一病
文拒鉤錫是一病
持人長短是一病
假人自信是一病
施人望報是一病
無施責人是一病
與人追悔是一病
好自怨諍是一病
罵詈蟲畜是一病
蠱道厭人是一病
毀訾高才是一病
憎人勝己是一病

毒藥酖飲是一病
心不平等是一病
以賢嘖高是一病
追念舊惡是一病
不受諫諭是一病
內疏外親是一病
投書敗人是一病
談愚癡人是一病
煩苛輕躁是一病
擿捶無理是一病
好自作正是一病
多疑少信是一病
笑顛狂人是一病
蹲踞無禮是一病
醜言惡語是一病
輕易老少是一病
惡態醜對是一病
了戾自用是一病
好喜嗜笑是一病
喜禁固人是一病
詭譎諛諂是一病
嗜得懷詐是一病
兩舌無信是一病
乘酒歌橫是一病
罵詈風雨是一病
惡言好殺是一病
教人墮胎是一病
干預人事是一病
孔穴窺視是一病
借不念還是一病
負債逃竄是一病
背向異辭是一病
喜抵捍戾是一病
調戲必固是一病
故迷誤人是一病
探巢破卵是一病
刳胎剖形是一病
水火敗傷是一病
笑盲聾喑是一病
教人嫁娶是一病

教人擿揺是一病　教人作惡是一病
含禍離愛是一病　唱禍道非是一病
見便欲得是一病　強奪人物是一病
老君曰能念除此百病則無災累痛疾自愈
濟度苦厄子孫蒙祐矣

崇百藥

老君曰古之聖人其於善也無小而不得其
於惡也無微而不改而能行之可謂餌藥焉
所謂百藥者

體弱性柔是一藥　行寛心和是一藥
動靜有禮是一藥　起居有度是一藥
近德遠色是一藥　除去欲心是一藥
推分引義是一藥　不取非分是一藥
雖憎猶愛是一藥　好相申用是一藥
為人願福是一藥　救禍濟難是一藥
教化愚蔽是一藥　諫正邪亂是一藥
戒勅童蒙是一藥　開導迷誤是一藥
扶接老弱是一藥　以力助人是一藥
與窮卹寡是一藥　矜貧救危是一藥
位高下士是一藥　語言謙遜是一藥

恭敬卑微是一藥　不負宿債是一藥
愍慰篤信是一藥　質言端愨是一藥
推直引曲是一藥　不爭是非是一藥
逢侵不鄙是一藥　受辱不怨是一藥
推善隱惡是一藥　推好取醜是一藥
推多取少是一藥　稱歎賢良是一藥
見賢自省是一藥　不自彰顯是一藥
推功引苦是一藥　不自伐善是一藥
不掩人功是一藥　勞苦不恨是一藥
懷實信厚是一藥　覆蔽陰惡是一藥
富有假乞是一藥　崇進勝己是一藥
安貧不怨是一藥　不自尊大是一藥
好成人功是一藥　不好陰私是一藥
得失自觀是一藥　陰德樹恩是一藥
生不罵詈是一藥　不評論人是一藥
好言善語是一藥　災病自咎是一藥
苦不假推是一藥　施不望報是一藥
不罵畜生是一藥　為人祝願是一藥
心平意寺是一藥　心靜意定是一藥
不念舊惡是一藥　匡邪弼惡是一藥

聽諫受化是一藥　不干預人是一藥
忿怒自制是一藥　解散思慮是一藥
尊奉老者是一藥　閉門恭肅是一藥
內修孝悌是一藥　蔽惡揚善是一藥
清廉守分是一藥　好飲食人是一藥
助人執忠是一藥　救日月蝕是一藥
遠嫌避疑是一藥　恬惔寬舒是一藥
尊奉聖文是一藥　思神念道是一藥
宣揚聖化是一藥　立功不倦是一藥
尊天敬地是一藥　拜謁三光是一藥
恬惔無欲是一藥　仁順謙讓是一藥
好生惡殺是一藥　不多聚財是一藥
不犯禁忌是一藥　廉潔忠信是一藥
不多貪財是一藥　不燒山木是一藥
空車助載是一藥　直諫忠信是一藥
喜人有德是一藥　赴與窮乏是一藥
代老負擔是一藥　除情去愛是一藥
慈心愍念是一藥　好稱人善是一藥
因富而施是一藥　因貴為惠是一藥

老君曰此為百藥也人有疾病皆有過惡陰掩不見故應以疾病因緣飲食風寒溫氣而起由其人犯違於神致魂逝魄喪不在形中體肌空虛精炁不守故風寒惡炁得中之是以聖人雖處幽闇不敢為非雖居榮祿不敢為利度形而衣量分而食雖富且貴不敢恣欲雖貧且賤不敢犯非是以外無殘暴內無疾病可不慎之焉

初真十戒

天真言出家超俗皆宿有良契故能獨拔常倫若慎終如始精至修鍊當福延七祖慶流一門所謂九層之臺起於累土千里之行始於足下乃至功成德就白日昇天於是乎開度之時宜受初真之戒其戒有十爾當受之

第一戒者不得陰賊潛謀害物利己當行陰德廣濟群生

第二戒者不得殺害含生以充滋味當行慈惠以及昆蟲

第三戒者不得淫邪敗真穢慢靈氣當守貞操使無缺犯

第四戒者不得敗人成功離人骨肉當以道

助物令九族雍和
第五戒者不得讒毀賢良露才揚己當稱人之美善不自伐其功能
第六戒者不得飲酒過差食肉違禁當調和氣性專務清虛
第七戒者不得貪求無猒積財不散當行節儉惠卹貧窮
第八戒者不得交遊非賢居處穢雜當慕勝己棲集清虛
第九戒者不得不忠不孝不仁不信當盡節君親推誠萬物
第十戒者不得輕忽言笑舉動非真當持重寡詞以道德為務
能保此十戒始終無虧則天道祐之神明輔之欲求宄橫不可得也若朝為夕替泄慢正真自貽其殃無怨咎於高靈也凡初入道之子可不勗之

清戒

太玄部卷第八老君傳授經戒儀注訣云凡受戒及經畢後月晦日半夜不可不齋齋則清戒清戒竟夜誦之百遍千遍限外無數未堪知此者不可減九遍他日齋靜行來出入得誦更不必齋時宜諸師訪友思而行之不須高聲心口相知在人衆中勿發於口審能感通上聖正一法文下卷云凡為道民便受護身符及三戒進受五戒八戒然後受籙從前未受戒者受籙之後依次受之誦習通利恒存思行持懷不謬忘則不犯科未受籙之時無所呼召受籙已後動靜呼神不行戒者呼之不至破戒之人吏兵遠身還上天曹考官便逮致諸厄疾公私災橫輱軻衰否所作不成成功立德捨闇入明施善禳惡以吉除凶要在行戒神即祐之戒有別文精詳修習或有不解或有遺忘或有謬誤或冒禁故或尊上逼迫或畏死犯之皆是招愆惹名破戒即應懺悔首謝自新也凡違戒者背真鞫言惕道信邪雜事佛俗此為不專中心懷貳愚迷猶豫惑障纏深師三誨之必能改革守一不廻召神有効三誨不悛是為叛道乖逆師尊法應奪籙入佛奉俗及元所事師慈愍之

不追咎責愆懟事他業本逐末雖名奉道實犯正科諸官不得容受積久知悔更立功乞還許依聽昇遷矣

太玄都中官女青律戒

凡修上清之法不得北向及本命之上二處便溺觸忤王晨穢慢本真五犯不得入仙也士犯被考左官死入地獄三塗之中萬劫還生不人之道

凡上學之士受三天正法四明之科佩帶真文出入三光及宜卧息不得露頭不著巾帽及脫衣露形毀慢身神恥辱真文令真靈遠逝空尸獨在三犯不得入仙也五犯死入地獄萬劫還生不人之道

凡上學之士受三天正法四極明科妄入殗穢哭泣悲泆吊問死喪五犯伐功斷事不得入仙也十犯死入地獄萬劫還生不人之道

太上黄素四十四方經戒

凡道士存思上法及修學太一事皆禁見死尸血穢之物當以真硃一銖散入水中因以洗目漱口并洗手足微呪曰

三元上道太一護形司命公子五神黄寧血尸散滅凶穢沉零七液纏注五藏華生令我仙度長享利貞

凡道士受學長生法不得稱死事稱死事者則生氣變動不居常宅故炁運入魂神離棄是以惡炁遊尸陳其間孔矣持病將死之漸也真一條檢經云夫立功德者不得觸禁犯忌當與身神相和不可更相尅賊更相尅賊則生災起禍也夫消災散禍不得用本命行年如用本命行年賊害汝身

金書仙誌戒

夫學仙之人勿北向便曲仰視三光勿北向理髮解脫衣裳勿北向嚬罵犯破毀王破謂歲下辰也王謂王炁之所在也勿怒見日月星辰勿以八節日行威刑勿以月朔日怒恚勿以三月三日食百草心勿以四月八日殺草伐樹勿以五月五日見血物勿以六月六日起土勿以七月七日思存惡事勿以八月四日市覆履附足之物勿以九月九日起牀席勿以十月五日罰責人也勿以十一月十

一日不沐浴勿以十二月三日不齋燒香念
仙也諸如此忌天人大禁三官告察以是為
重罪矣或令人三魂七魄流競或胎神所憎
三官受惡之時也是以惡夢交於丹心妖魅
乘其朱閼精液觸犯神真煩惱流變多禁莫
識其術子能奉修則為仙才不奉天禁則為
傷敗
受法之身不入産婦之戶及不見尸者謂異
處斷隔於來往則乃朝禮無廢不拘日數之
限若家無隔異者四十五日外方得朝禮
正一法文下卷云惱道信邪此為不專中心
懷貳愚迷猶豫是為叛道乖逆師尊法應奪
筭
太上黃素四十四方經云凡修太一之事及
行上法存神之道慎不可見尸及血穢之物
見一尸則一年不得行事又却傾一年之功
然此帝一之科常却罰於既往又進塞於將
來若一年三見尸者則罰功斷事各三年也
若過見二十四尸者皆不得復行太一以求
仙也

凡修受上法及暐一太一之事者兆身中三
魂五神之炁常薰於巾服之中七晃九靈餘
精常棲於寢寢之下是以道士學長生不死
不得雜席而寢故衣裼之服不借非已之炁
寢寢之物常惡土穢之氣亦不故使雜人犯
觸以驚三魂
凡道士吐納和炁存神服霞修求長生之事
慎不可食五葷之菜及為酒色之病敗也是
故古之神人云五葷為伐藏之斧斤酒色為
喪身之棺槨夫能斷斧斤之所傷塞棺槨之
死宅者然後可以陟長生之逵徑漸神仙之
蹊路乎
凡存修太一之事欲有所禮願慎不可叩頭
叩頭者則傾九天動千真神官廻覆泥丸倒
懸天帝號於上府太一泣於中田數如此者
則存念無益三真奔宮七神漂散玄宅納凶
是為太一五神之至忌也故古之真人但心
存叩頭運精感而行事不因頻額以祈靈也
凡修行太一之事真人之道不得有所禮拜
禮拜亦帝君五神之所忌也若有所精思行

禮願之時但心拜而已不形屈也

上清大洞戒

凡修雌一之法不得哀哭哀哭感則五神號於上府太一泣於中田神喪精亡靈真去身空尸獨立復何仙冀哉不得見尸一年不得行事知傾一年之功若一年見三尸者則三年不得行事亦知三年之功見二十四尸乎失道矣前文太素亦與此大同小異矣亦不得言稱死事恚怒願己之死言滿四十不得為真人以為棄生之罪三年身亡滅矣不得。衣五色衣霓敷華好服則真靈去身淫邪內。發馳心猖獗潛逸亦乎飛飈長離玄宮破形解散身死名滅若衣服勿雜色簡布之服可以終日詠誦洞章莫求不得乘雲駕龍逍遙太極

靈寶戒

真仙內科云玄功之人常布衣草履不得榮華之服犯者失道祖父母已父母同法可拜不同法不得拜叔伯以下不同法亦不得拜犯者身亡父母吉會不得預坐父母兄弟妻子同契雖有骨血之親皆不得同牀而坐同盤而食其法不同皆為尸職犯者失道夫妻不得同室而寢若邪念在心長失道矣自非同盟不得同室而寢自非同契不得同牀而坐同盤而食同衣而服犯者失道

凡身荷仙官靈籙不得妄拜妄哀不得妄哭凡於父母國君官長二千石刺史三公皆設敬不得即謨禮拜

受持八戒齋文

劉宋朝陸先生脩靜上啓

。元始天尊無極大道感應靈聖一切神明今。有善男子善女人等求欲受持八戒清齋一日一夜用以檢御身心滅諸三業罪惱者故洞神經第十二云夫齋以齊整身心為急身心齊整係無亂敗起發多端大略有八

一者不得殺生以自活

二者不得婬慾以為悅

三者不得盜他物以自供給

四者不得妄語以為能

五者不得醉酒以恣意

六者不得雜卧高廣大牀
七者不得昔習香油以為華飾
八者不得貌著歌舞以作倡伎
今日善男子善女人等人若能不犯此之八事則八敗無從以起則八成自然而立立久不失則延年保命神通洞達是故齋者受持八戒思真行道通而無窮顯驗必速皆如所期也今請受既畢再拜起奉戒而退

雲笈七籤卷之四十

雲笈七籤卷之四十一　擗一

宋朝散郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房奉敕撰進

七籤雜法

沐浴

太上素靈經云太上曰兆之為道存思大洞真經每先自清齋沐浴蘭湯

太上靈寶無量度人上品妙經云道言行道之日皆當香湯沐浴

黃籙簡文經云奉經威儀登齋誦經當沐浴以精進存神氣不清則魂爽奔落

紫虛元君內傳云夫建志內學養神求仙者常當數沐浴以致靈氣玉女降祥不沐浴者故氣前來三宮穢汙

仙公請問經云經涂不以香水洗沐則魂魄奔落為他鬼所拘錄

三元品戒曰常以正月十五日七月十五日十月十五日平旦中夜沐浴東向以杓廻香湯左轉三十二遍閉目思日光在左目上月光在右目上五星纏絡頭上五雲蓋體四靈侍衛訖便叩齒三十二通祝曰

天澄氣清五色高明日月吐暉灌我身形神
津内澳香湯鍊形光景洞耀煥映上清氣不
受塵五府納靈罪滅三塗禍消九冥惡根斷
絶福慶自生今日大願一切告盟身受開度
升入帝庭畢仰咽液三十二通止便洗沐畢
冠帶衣服又叩齒十二通祝曰
五濁以清八景以明今日受鍊罪滅福生長
與五帝齊參上靈祝畢便出户入室依法行
道夫每經一殗皆須沐浴修真致靈特宜精
淨不則多病侍經真官討人罪過沐浴香湯 ○
用竹葉桃枝栢葉蘭香等分内水中煑十數
沸布囊漉之去滓加五香用之最精
太丹隱書洞真玄經云五香沐浴者青木香
也青木華葉五節五五相結故辟惡氣檢魂
魄制鬼烟致靈跡以其有五五之節所以爲
益於人耶此香多生滄浪之東故東方之神
人名之爲青木之香焉又云燒青木薫陸安
息膠於寢室頭首之際者以開通五濁之臭
絶止魔邪之炁直上衝天四十里此香之煙
也破濁臭之炁開邪穢之霧故天人玉女太

一帝皇隨香炁而來下憩子之面目間焉燒
香夜特亦常存而爲之
黄氣陽精三道順行經云上學之士服日月
皇華金精飛根黄氣之道當以立春之日清
朝煑白芷桃皮青木香三種東向沐浴
西王母寶神起居玉經云數澡浴要至甲子
當沐浴不爾當以戣音騤月日旦使人通靈浴
不惡數患人不能耳蕩鍊尸炁而真氣來入
又云太上九變十化易新經曰若履殗穢及
諸不淨處當洗澡浴盥解形以除之其法用 ○
竹葉十兩桃皮削取白四兩以清水一斛二
斗於釜中煑之令一沸出適寒温以浴形即
萬殗消除也既以除殗又辟濕痺瘡癢之疾
且竹虛素而内白桃即卻邪而折穢故用此
二物以消形中之滓濁也天人下遊既返未
嘗不用此水以自蕩也至於世間符水祝漱
外舍之近術皆莫比於此方也若浴者益佳
但不用此水以沐耳
三皇經云凡齋戒沐浴皆當盥沐五香湯五
香湯法用蘭香一觔荆花一觔零陵香一觔

青木香一觔白檀一觔凡五物切之以水二斛五斗煑取一斛二斗以自洗浴也此湯辟惡除不祥氛降神靈用之以沐并治頭風太上七晨素經云每以月一日十五日二十三日一月三取三川之水一斛一經云三川水取三江口水一經云取三井水亦佳難舌青木香零陵香薰陸香沉香五種各一兩擣内水中煑之水沸便出盛器之中安著床上書通明符著中以浴未解衣先東向叩齒二十四通思頭上有七星華蓋紫雲覆備一室○神童散香在左玉女執巾在右畢取水含仰○漱左右三通祝曰

三光朗照五神澄清天無浮翳地無飛塵沐浴東井受胎返形三鍊九戒内外齊精玉女執巾玉童散靈體香骨芳上造玉庭長保元吉天地俱并畢脫衣東向先漱口三過次洗手面然後而浴也浴畢轉西向陰祝曰

沉濁除塵洗穢返新改易故胎永受太眞靈訖取符沉著井中天帝君沐浴上法受之元始天王按法修行體香骨芳得爲帝皇傳付天帝君修行得流精紫光覆冠帝身天帝君傳南極上元君上元君修行得流芳上徹香聞三清傳付太微天帝君修行五方自生神芝來會帝房傳付上聖金闕君金闕君修行面生玉澤體發奇光傳付上相青童君青童君修行香光三清光映十方此之妙道非世所行秘在南極紫房之内有分應仙當得此經按文修行三元紫房體生玉澤面發奇光神聰奇朗究微無窮能行其道白日登晨○外國放品經云沐浴金門冠帶神輝學同天人壽極二儀高上合惟萬仙總歸正虛結符○永無傾危

沐浴七事獲七福

沐浴身心經云沐浴内淨者虛心無垢外淨者身垢盡除存念眞一離諸色染證入無爲進品聖階諸天紀善調暢之人功德無量天眞皇人復白

天尊未審五種香湯獲七福因何者爲是何所修行有何勝業願更開曉天尊答曰五香者一者白芷能去三尸二者桃皮能辟邪氣

三者栢葉能降眞仙四者零陵能集靈聖五者青木香能消穢召眞此之五香有斯五德七福因者一者上善水二者火薪三者香藥四者浴衣五者澡豆六者淨巾七者密湯此七福因能成七果一者常生中國爲男子身二者身相具足三者身體光明眼瞳徹視四者鬚髮紺青圓光映項五者脣朱口香四十二齒六者兩手過膝七者心聰意慧通了三洞經法

沐浴吉日

正月十日沐浴令人齒堅
二月八日沐浴令人輕健
三月六日沐浴令人無厄
四月四日沐浴令人無訟
五月一日沐浴令人身光
六月二十七日沐浴令人輕健
七月二十五日沐浴令人進道
八月二十二日沐浴令人無非禍
九月二十日沐浴令人辟兵
十月十八日沐浴令人長壽
十一月十五日沐浴令人不憂畏
十二月十三日沐浴得玉女侍房

洞玄眞一五稱符上經云黃帝曰天老以小兆未知天炁故受兆靈寶五稱符經按東井識清潔吉日沐浴齋淨受靈寶符

正月十日人定時
二月八日黃昏時
三月六日日入時
四月四日日昳時
五月一日日中時二十九日巳時
六月二十七日食時
七月二十五日早食時
八月二十二日日出時
九月二十日雞三鳴時
十月十八日雞初鳴時
十一月十五日過夜半時
十二月十三日夜半時此皆當天炁月宿東井時與神仙合會此日蘭湯沐浴已也

老君河圖修身戒云

正月十日人定時沐浴除過無極

二月八日黄昏時沐浴除過二千
三月六日日入時沐浴除過三百
四月十三日夜半時沐浴除過二十
五月一日日昳時沐浴除過二十
六月二十七日日中時沐浴除過六百六十
七月七日日中時沐浴除過七百三十
八月二十五日人定時沐浴除過七十
九月二十日日出時沐浴除過九百六十
十月二十八日平旦時沐浴頭白返黑壽同
仙人除過無極
○十一月四日雞鳴時沐浴除過二十三
十二月三十日夜半時沐浴除過三千
洞玄二十四生圖經云天河灌東井石景水
母精圓光拂靈曜玄暉瑩高明元始披重夜
天人逐月生沐浴淵池上龍負長史㼉金童
灑香華玉女流五星冠帶濯玉津錬度五仙
形體香萬神降乘晨登高清
洞真太上黄素四十四方經云凡存念上道
呪除三尸之時常當挼取白芷草根及青木
香合以東流水煑取其汁以沐浴於身辟諸
血尸惡炁可和香燒之以致神明若無青木
香者亦可單用白芷
清虚真人曰每至甲子必當沐浴
紫微夫人曰沐浴不欲數者鬼之性也性違
鬼返是錬其濁穢鬼自亡矣
真誥云南嶽夫人曰浴不厭數患人不能耳
數則邇錬尸臭而真炁來入
金房度命上經云修度命延年之道每以六
癸之日取灶東之水一斛就本命日取白芷
桃皮栢葉各一觔合煑令沸正中而浴臨浴
○之時向本命叩齒九通思玉童三人執巾在
左玉女二人擎香在右紫雲華蓋覆到前後
微祝曰
天地洞清洗穢除塵錬化九道返形太真百
關納靈節節受新清虚監映内外敷陳日吉
時良度命延年玉童玉女爲我執巾玄靈紫
蓋冠帶我身使我長生天地同根畢便浴浴
訖還入室東首而卧取粉自飾通身令帀仍
摩兩掌令熱拭面二七又微祝曰
天朗炁清我身已精塵穢消除九孔受靈使

我變易還返童形引骨更生髓映玉光面發
金容
洞神經第十二云上元齋者用雲水三斛青
木香四兩真檀七兩玄參二兩四種合煮一
沸清澄適寒温先沐後浴此難辦者用桃皮
竹葉剉之水一二斛隨多少煮一沸令有香
氣入人作浴內外同用之辟惡除不祥沐浴
室令香淨勿近圂溷勿逼井竈勿侵堂壇勿
用穢地故厠牢獄尸柩堂居皆不可用

櫛沐浴

○道書云凡道士理髮將畢及沐頭將散髮之○
時先叩齒七通乃祝曰
太帝散華玄歸大神今日元吉理髮沐塵辟
惡除患長生神仙畢乃埽之竟又叩齒七通
都畢此名爲太帝散華理髮內法令人終年
不病耳目聰明頭腦不痛
凡道士浴身及洗手面之時先臨水叩齒三
通乃祝曰
四大開朗天地爲常玄水澡穢辟除不祥雙
童守門七靈安房雲津鍊液萬然混康內外
利貞保益黃裳祝畢又叩齒三通乃洗手面
此名爲澡穢除凶七房祝法常能行之者使
人神明血淨辟諸凶氣

解穢并叙

夫神氣清虛且靈所守身心混濁邪氣害人
入靖思真要須清潔不履殃惡吉祥止焉道
士女官受法已後特忌淹穢諸不宜者不在
履限
玄都律曰民家淹汚不過晦朔不得入治哭
亦三日穢三年之喪未滿百日並不得書符
○奏章朝真入靖違者奪筭一紀○
太極法師曰道士女官先無淹穢哭亦不淹
唯須偏蘇者身或被縣官繫閉出後香湯沐
浴解淹穢三日已後始得入靖夫淹忌臨屍
入產婦室及喪家齋食產家三日并滿月及
見喪車靈堂六畜生產抱嬰兒胎穢哭泣不
得言死亡事及不祥事午前忌之不得見血
肉死禽獸寢卧梳髮飲食便曲並不得向灶
便曲不得覩三光餐十二辰肉魚腥五辛並
忌若婦人有經通不得近亦不得與同房寢

卧并造贓食及近道場如夢淺亦須解穢若
見死柩喪車速存大從自己心中直出往燒
之赫然死柩喪車並爲灰燼便想烈風吹之
又閉目內視令火自焚舉體潔白見穢氣消
滅即解矣又存一眞人頭戴籙中九鳳眞官
口中含水噴洒穢亦消解乃朱書解穢符（有在）
（相本）書時三叩齒稱合明天帝日閉氣書之置
水中以刀子左攪水三帀想見魁罡星在水
中祝曰
百淹之鬼速走萬里不走斬死西方白童子
○急急如律令則含水噴洒穢氣都散穢除日○
不浴元日不沐壽常五日一浴十日一沐（曾）
（用執竹）

朝禮

朝眞儀云每月一日十五日三元日庚申甲
寅甲子八節三會本命等日並須朝禮若與
戊辰戊戌天父天母殺害日常日殺同者即
不可爲之凡朝禮先一日以桃湯沐浴如法
（在解穢篇中）並不得食葱薤韭蒜乳酪等並
其日更潔衣服執香鑪至靖戶外叩齒三通

微祝曰
守靖玉女四明功曹今欲朝禮願通達上聞
便開門先進左足至香案前置鑪案上執簡
平立臨目叩齒三通存思玉童玉女在香案
左右即長跪三捻香訖起平立又微像身發
鑪祝曰
太上玄元五靈老君當召功曹使者左右龍
虎君捧香使者三氣正神急上關啓三天太
上玄元道君（臣）今正爾燒香朝眞願得九天
正眞生氣降（臣）身中令（臣）所啓速達逕御○
太清紫微宮眞玄元大道君（凡前）畢起存心
若至金闕前再拜訖又長跪叩齒二十四通
祝曰
正一盟威弟子（某甲）稽首歸身歸神歸命
太清玄元無極大道太上老君太上丈人天
帝君天帝丈人九老仙都君九炁丈人百千
萬重道炁千二百官君太清玉陛下（臣）幸賓
風慶得奉道眞竊不自揆輒希長生誓已立
功修德乞願赦（臣）積生已來至于今日所犯
元惡重罪咸賜蕩除許（臣）自新補復前咎今

九祖父母幽魂苦爽皆下拔九幽上昇天衢
令臣修道克合誠精削除死籍注上玄籙閬
門之内共保元吉生成之恵實在於此臣某
叩頭使以簡即叩頭謹啓若更有他事任隨
意言之但不得繁冗訖又再拜便於禮處伏
地以簡叩頭搏頰訖復爐祝曰
香官使者左右龍虎君捧香使者三氣正神
當令朝真之所自然降金丹玉芝之英百靈
衆真交會在此香火案前令臣修道克合聖
真闓門受福天下蒙恩仙童玉女侍衛香煙
○傳奏所啓徑御
至真帝前燒香時勿反顧顧則忤真氣致衰
應又勿驚喧使至平明須了矣

太素真人隱朝禮願上仙法

受大洞上訣施行雖一讀太丹隱玄五晨金
華經者常月密朝太素三元君以正月十日
二月九日三月八日四月七日五月六日六
月五日七月四日八月三日九月二日十月
十一日十一月十二日十二月十三日夜於
寢靜之室燒香北向心存三君再拜訖坐卧

任意稽首心祝曰
謹啓太上大道高虚玉晨太素紫宮三元帝
君中央黄老無英白元玉皇大帝五老高真
太極皇精玄皇玉君某是大洞三景弟子謹
以吉日之夜天關九開之間上聞太上太素
三元玉皇真君前乞得長生世上壽無億年
時乘黄晨緑蓋龍轅上詣紫庭役使萬神侍
衛四明太素帝君畢常當行之勿令人知也
此太極真人隱朝三元夜禮願之道也昔常
安季仲子不知他道又亦不施行太丹之事
○三元之法唯偶得此隱朝之道按行之三十。
年得乘雲駕欻昇入玄洲仙人王履氷趙雙
成范叔友管平阿李明延安生之輩皆得此
道而昇崐崙之房或在神州或在三玄宮也

朝極

旨曰月用一日一年有四日不同常步日及
上生日不同者及同者並依常法克各依時
王朝若甲子日入節日與四時同者亦止一
步而為二朝以王星為始若欲各步各朝以
午時朝極子時朝中元旨曰春正月一日二

月二十日三月二十七日旨曰步綱畢正身
入斗魁中東向視歲星象在肝中步畢仍於
斗上左廻身左足先下入魁中對天樞下陰
精斗星之間東向右足併立閉氣瞑目存歲
星精象圓如珠青光照洞從天來下飛入我
口小開口受而吞之運在肝中內外合映良
久乃通氣開目餘星皆做此各依本色及所
生之歲旨曰再拜好安處兩足拜跪勿令犯
諸星綱跪長枉並當以膝綱上不得不得也
旨曰心祝曰
○太歲元神木公九元陽華玄氣盖來入身旨○
曰祝畢叩齒九通畢起左廻登天樞西出若
值六甲日仍左行步三台非六甲日左行諸
五星綱口餘四朝做此旨曰夏四月八日五
月六日六月十八日旨曰正身入斗魁中南
向視熒惑星象在心中再拜跪心祝曰
南上元神火陽四光仲離丹水來入丹房旨
曰祝畢叩齒九通畢起出旨曰秋七月七日
八月二十日九月九日旨曰正身入斗魁中
西向視太白星象在肺中再拜跪心祝曰西

上太玄金精七通王元二帝氣廻胎腦旨曰
祝畢叩齒九通畢起出旨曰冬十月五日十
一月三日十二月六日旨曰正身入斗魁中
北向視辰星象在腎中十月十一月在左腎
十二月在右腎再拜跪心祝曰
北玄紫辰金車水元龍胎化靈來入一身旨
曰祝畢叩齒九通畢起出甲子日八節日正
身入斗魁中斗星復入陰精斗星中間對向
眞人星令得拜跪旨曰向眞人星存鎮星象
在脾中再拜跪心祝曰
○太極九眞流康陰根飛一却盖來入泥丸旨○
曰祝畢叩齒九通畢起出若值六甲日即步
三台非六甲日乃便步五星行之十四年七
星之精下化成神人並乘流雲入景丹玄斑
雲俱來詣子拜子仙官授子眞符道成昏登
上清昇太微宮注云五嶽君四極眞人太極
眞人各有獻送具在經文

朝玉晨君

正月四日　二月八日　三月十五日　四
月八日　五月九日　六月六日　七月七

日　八月八日　九月九日　十月五日
十一月三日　十二月十二日
太上大道玉晨君常以此日中登玉霄琳房
四眄天下有志節遠遊之心者子至其日平
旦日出特北向再拜亦可於中靜處燒
香北望乃拜兩雪於靜室中自陳本懷所願
曰糞土小兆男某謹上啓
太上玉晨玄皇大道君某以思真願仙歸心
奉朝伏希眄鑒矜允誠請原赦某歷劫之殃
考一生之罪咎學道修身克蒙感遂長生度○
○世登侍霄房畢嚥液三十過伏席叩搏俠心
形像極良久起號喻詇也

朝青童君

東海青童君常以丁卯日登方諸東華臺四
望子以此日常可向日再拜日出行之立其
日時出於庭壇燒香案如法乃拜若所居不
早見日者當視東方晰晰然即可為之其方
諸山既在會稽東小近南若夏月日出東北
乃不可每正向日出要當向山所在為之值
雨雪則於靜室中存而朝之長跪曰
糞土小兆男生某名謹上啓
九微太真玉明青保王金闕上相大司命高
晨師東海王明青華小童道君某以塵濁罪
穢願樂清虛乞希所望仰蒙濟拔所以幽明
考謹並希赦蕩業預仙階侍謁靈景因伏席
叩搏俠心形像極又再拜可因此以服日精
九月已後正月已前日出同在其方非其月
則拜畢轉身正對日行諸服飛華亦每奇日
五帝等法亦可正爾以日精實九咽之

○隱朝胎元法

學生之法不可泣淚及多唾泄此皆為損液○
漏津使喉腦大竭是以真人道士常吐納嚥
沫以和六液常以本命之日向其方面叩齒
三通心存再拜而微祝曰
太一鎮生三炁合真室胎上景母玄父元生
我五藏攝我精神下灌玉液上朝泥丸夕鍊
七魄朝和三魂右命玉華左嘯金晨令我神
仙役靈使神常保利津飛行十天祝畢又心
拜四方叩齒三通此名為太山上呪生隱朝
胎元之道常能行之令人魂魄保守長年神

仙

朝禮九天魂魄帝君求仙上法

帝以月三日九日十六日平旦向日九拜九
揖亦可心拜仰頭叩齒二十四通微祝曰
天魂九經上帝尊神太陽日精金門變仙小
兆王甲敢奏微言今日上告八願開陳請施
禮願仰希玄恩蒼龍朱鳳策營紫軒五雲交
蔭六炁扇塵高上曲盼三元降眞二景纏絡
我道欣欣心朗耳聰目明色鮮體輕骨昇面
發華顔羽服生形飛遊帝晨畢仰天引日精
四十五嚥止行此三年目明徹視洞覩無窮○
面有金容體生玉津九年能行身外無影飛
空玄虛也若天陰無日於寢室心存行之亦
感於自然也
又以月五日十五日二十五日此三日皆以
人定時向月九拜九揖亦可心拜仰頭向月
叩齒十六通祝曰
魂精魄靈九天同生石景水母太陰朗明徘
徊月宮治鍊金庭二景合原上吉時清八會
交帶我願克成願光願容願鮮願榮願神願

仙飛行上淸畢仰引月精四十五嚥上
魂精帝君即九天司命部九天之魂精下統
後學筭命也帝君鎮在日門金庭之內魄靈
帝君即九天丞相主九天之魄靈下統後學
之錄籍也鎮在月宮琳琅之都
凡修上道旦夕坐起卧息常當存念日在頭
上月在口中魂精帝君在泥丸魄靈帝君在
明堂心存目想當使彷彿將其踰年眞形見
也青白分也九年能乘空飛行上登晨燈之
館遊宴虹映之山也
○朝太素三元君受行先進洞房之事○
若依此朝若未修其道者則不得爲
之
正月九日　二月八日　三月七日　四月
六日　五月五日　六月四日　七月三日
八月二日　九月一日　十月十日　十一
月十一日　十二月十二日
夜用子時左右於寢靜处向六再拜訖起跪
拈香案具冠服再拜訖更一拜便長跪曰
謹啓

太上大道高聖玉晨太素紫宮八靈三元君中央黃老君無英白元太帝五老高真上仙太極皇精三皇玉君大洞三景弟子集謹以吉日之夜天關九關之門上聞太上玉皇真君乞得長生世上壽無億年時乘黃晨龍輮上詣紫庭役使萬神侍衛四明畢勿令人知

太素三元君女子也德凝虛无神高太上教制天真領理萬炁三元君乃一女子耳積感瓊琅虛生霄晨結煙散景道陵玉真夫三元君之出遊也則日月傾曜烈燭拔根八風揚波飈蕩幽源連暉九萬高霄儛晨絳霞紛敷。

○黃雲九纏於是五老啓途太帝扶軒西皇秉節東華揚旛九天爲之顛徊太無爲之起煙幽炁隱藹八景連塵顧眄羅於無上俯仰周于百囿大哉高皇是曰太素三元君夜在寢室常存三元君來在室中心拜心語如是不替則所向如願萬事允和此爲真人致神仙之要法也

太素三元君服紫炁浮雲錦帔九色龍錦羽裙建寶琅扶晨羽冠腰流金火鈴虎符龍書而坐空中馬膝下常有綠丹青三素之雲炁鬱然冠其形也太素三元君常詠曰

太無連玉清三曜洞高明八素迴晨風散雲藹飛靈圓輪擲崆峒金映冠天精玉華結五老紫煙運霄軿乘炁蕩玄房委順扶所經金姿曜九霞玉質躍寒庭嬰童迴孩眄老叟還返嬰帝一固汎九九真保黃寧視眄萬劫外齊此九天傾若存念之時當諷此詠之作云是玉清上宫之唱以和於形魂之炁也若存三元君者首作頽雲三角髻餘髮散垂至腰中髻上乃冠扶晨冠耳子存感致若亦將見。

○之於紫房及左右也此者之間當有太素玉女三寶真人來降於子矣欲行此道常當別寢獨處不雜他人每事亦爾非唯此一事而已

雲笈七籤卷之四十一

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理新賜緋魚袋臣張君房上進

存思

存大洞真經三十九真法（出三十九章經）

太微小童

讀高上虛皇君道經當思太微小童干景精真氣赤色煥煥從兆泥丸中入下布兆身舌本之下血液之府畢微祝曰

真氣下流充幽關鎮神固精塞死源玉經慧朗通萬神為我致真命長存拔度七祖返胎仙○

○畢引赤氣三嚥止便讀玉經畢又祝曰

天有大隱生之靈寶稱曰明梁上之氣守我絕塞之下戶更受生牢門之外乃又召益元之羽童列于綠室之軒使解七祖百結隨風離根配天遷基達變入玄玉清隱文又祝曰

元氣非本生五塗承靈出（韻一）雌雄寄神化森羅邃幽鬱玉音響太和萬唱元中發仙庭迴九變百混同得一易有合虛中俱入帝堂室畢此高上祝祕文泄之七祖充責

太一尊神

讀上皇玉虛君道經當思太一尊神務猶收真氣紫色烱烱從兆泥丸中入下布兆玉枕之下泥丸之後戶畢微祝曰

太一保命固神定生為我上招帝真之氣下布紫戶之庭玉經仰徹九元朗明七祖同歡俱昇上清畢引紫氣三嚥止便讀玉經畢又祝曰

兆身常死關結胎害百神百神解胎結披散胞內根七世入帝室一體合神仙神仙會玉堂七祖生南宮併帶理明初同府務道康萬○

○真守身形是日藏初明帝一迴雌雄保鎮百神門閉塞萬邪戶受事九宮間典禁召司命三日朝泥丸

帝君

讀皇上玉帝君道經當思帝君延陵梵真氣紫光鬱鬱（韻二）從兆泥丸中入下布兩眉中間紫戶之外宮畢微祝曰

帝君度符籍正氣召萬神上招玉真充氣布兩眉間混一生帝景三素成我仙飈㸌乘龍蓋遷昇高上軒畢引紫氣三咽止便讀玉經

畢又祝曰
扶晨始暉生紫雲映玄阿煥洞圓光蔚晃朗
濯耀羅眇眇靈景元森灑空清華九天館玉
賓金房唱霄歌賢哉對帝賓役召伯幽車七
祖解胞根世世為仙家玉清隱文又祝曰
丹皇運珠守鎮死門上一赤子玄帝凝天一
名伯元上亦為三元先扶我養我使我登雲
輪常坐上清軒七玄為仙君
元英公子
讀上皇先生紫晨君道經當思左元英公子
玄元叔真氣玉光奕奕從兆泥丸中入下布
兆左腋之下肝之後户畢微祝曰
元英神真生紫皇三氣混合成宫商招引真
氣鎮肪肫運流三丹會洞房為我致仙變丹
容飛昇雲館入金墉畢引玉光三咽止便讀
玉經畢又祝曰
神安氣凋上與天通越出地户過度天門隱
息四維七星散分飛行陰房日月植根守金
藏玉制御萬神仙王何人我已成真隱存雌
雄玄凋四鄉結中青氣號為延昌字曰和嬰

理命年長玄歸固內慶玄牢張我日成真飛
仙雲京
白元凋陽君
讀太微天帝君道經當思右白元凋陽君真
氣金光耀耀從兆泥丸中入下布兆右腋之
下肺之後户畢微祝曰
凋陽鬱靈摽魂生金光煥煥氣中精招真固
神令長生拔出幽根返胎嬰駢晨御氣昇玉
清畢引金光三咽止便讀玉經畢又微祝曰
凋陽鬱靈標守體死門閉户出三尸蟲受入
九真像解胞散滯血百節生正神七祖滅尸
禍拔殖後葉恩累氣城來生斫斷胞死根世
世受道德後獲帝仙鄉帝仙是何人明明七
葉孫乃祖入丹都併坐精上門
司命丈人
讀三元紫精君道經當思中央司命丈人君
真氣紫雲之色爛爛從兆泥丸中入下布兆
絳宫心房之中畢微祝曰
司命定年丈人保仙度名於南宫上奏帝君
前世世為仙王拔出七葉根福報死窮已皆

著玉經言畢引紫雲氣三咽止便讀玉經畢
又祝曰
會元三襟交拷領迴胎嬰承光守下關務玄
待月明於是混離固喬明車受成福延七世
禍散玄生守景六合陵梵七靈共生億千歘
昇玉庭嬰兒徘徊羽衣命仙吉濟萬萬福布
千千骨有玉映血承瓊泉生樂天地日月同
年玉清隱文又祝曰
福布七玄前罪滅三塗中靈吹九晨杪納氣
大帝宮五仙携太一併位重冥空遷隱上清○
○室羽明帝一房
桃孩君
讀眞陽元老玄一君道經當思命門桃孩君
道康眞氣黃雲之色從兆泥丸中入下布兆
臍中命門之外畢祝曰
眞靈正神號曰桃君混合生宮守護命門通
仙致氣脅景寶雲七祖同生受福高晨畢引
黃雲之氣三咽止便讀玉經畢又微祝曰
五嶽眞人定錄四宥司錄促到護籍理艮起
非握節雲拘執播香風八披惡魔絕煙盈來

對帝萬萬稱臣度我生籍名遷玉門扶翼五
老慎護披壓玉清隱文又祝曰
太上時非子一曰合精延是爲命門王可以
召萬神萬神即時到合會瓊羽門使令散禍
禍絕福速上寢玉堂世受名仙
上一赤子
讀上元太素三元君道經當思泥丸天帝上
一赤子眞氣如寶光從兆泥丸中入下布泥
丸九孔之户畢微祝曰
上元赤子號上眞飛雲羽衣耀紫煙上招明
○景對帝宥寶光奕奕映我身身生毛羽昇九○
天畢引寶光三咽止便讀玉經畢又祝曰
童子景精有神有威合象三形九道相推衣
服朱丹步正參差出入上元太極内階知我
者長生存我者不衰人无哭兆恃賴辟非欲
知吾處審問太微太微玉帝三聖徘徊俠我
左右一合俱飛混洞六府日月齊暉玉清隱
文又祝曰
九道轉對五老各字洞陽衛籍號曰鬱靈七
世父母反胎更生累業積罪罪滅福生上入

帝堂受書丹明常與伯史原排徊三界庭中
金佩羽寶曜圓形玉輪灶回役御朱兵
中一丹皇君
讀上清紫眞精三素君道經當思絳宮中一
元丹皇君眞氣日光之色從兆泥丸中入下
布頂中大椎骨首之户畢微祝曰
中一眞君號曰運珠上招日光濯我形軀三
眞寶曜固命玉符壽傳萬年永无終休身生
羽服飛昇天衢畢引日光三咽止便讀玉經
畢又祝曰
○天有九魂不可不分道有三眞不可去身帝○
一變景萬化以臻流珠停暉紫霞蹻煙七度
迴路三光映眞太一精符相與爲親司命衛
月噓我重脣五老衛日吸我三便太上道君
與我纏綿上造天階携把太眞
黃庭元王
讀青靈陽安元君道經當思命門下一黃庭
元王眞氣月光之色從我泥丸中入下布兩
筦間車軸下户畢微祝曰
下一眞元王號曰始明精三皇把符命金契

度仙庭上招景中氣氣布冠我形羽車曜雲
羅令我飛上清畢引月光三咽止便讀玉經
畢又祝曰
五藏百結生此萬疾玄一林虛開關解結結
絕病散精神盈溢福氣充明福醫傾竭仙心
日臻死道月絕混化九君合符帝一七神奉
符公子入室
九眞帝昌君
讀皇清洞眞道君道經當思泥丸九眞帝昌
君上皇眞氣青光萬文從兆泥丸中入下布○
○口之四際畢微祝曰
九眞始生生於上元號爲先靈三景各分上
招玄暉布流四門鎭神保仙拔度七玄驂景
乘浮朝拜三元畢引青氣三咽止便讀玉經
畢又祝[illegible]
七氣雜羅太混黃寧六甲輔魂内注六丁三
眞入胃液流大明五符上皇泥丸常生九星
下映日同毋輧遊眄八極迴蓋嬰嬰上到紫
房被巾羽青七祖父母各得返生
八眞合景君

讀高上太素君道經當思膽中八真含景君
真氣黃雲之色從兆泥丸中入下布兆背中
骨節之府畢微祝曰
八真結神神生九天號曰北臺君常在三合
閒招真洞明氣下流布我身身生紫暉與帝
結親携契五老太仙經綿畢引黃氣三咽止
便讀玉經畢又祝曰
生生得帝心各會重户內紫房混五神魂晚
恒寶貴七關受仙輝五藏充玉氣俱過水大
天披建四和蔚上歸皇一子與兆魂相對
○七真玄陽君
讀皇上四老道中君道經當思左腎七真玄
陽君右腎七真玄陰君真氣黑雲之色從兆
泥丸中入下布兆背窮骨地户中畢微祝曰
七真生帝景八氣運常寧上招日中童圓珠
映我形迴風混幽府歸妙大洞經拔出地户
難超淩逸九天畢引黑氣三咽止便讀玉經
畢又祝曰
太一鬱書上登洞房六合三寶司命神公手
執錄籍駕景乘龍左迴靈曜右扇神風峨峨

隱珠芬豔嬰娶浩觀太无濯鍊五通澄魂羽
幽鍊晚空洞招兆百神月帝之功七祖順生
景福昌隆迴我老艾還復玄童上對神霄金
光十方飛飈玉輪彈金鳴鍾
六真元素君
讀玉晨太上大道君道經當思肺中六真上
元素王君真氣白雲之色從兆泥丸中入下
布兆頸外十二關梁之中畢微祝曰
六真奕奕白光央央迴帝之景上入丹鄉招
真下流灌我玉霜羽裙紛紛衣我仙裳越過
○水大飛登神京畢引白氣三咽止便讀玉經
畢又祝曰
九合三離紫房散分五老正嚴帝一保神司
命奏籍奉行三元胞樹斷落血尸絕根返胎
朱大迴氣泥丸我合九清大混百神身登玉
房同軿金仙道遙太素徘徊三天重華列簡
累支流玄世爲道伯大福纏綿上寢玉清下
息命門五藏秀華頂負日魂長保劫齡後天
常全
五真養光君

讀太清大道君道經當思脾中五真黃老君
真氣如玉光金真之色從兆泥丸中入下布
兆喉內極根之戶畢微祝曰
五真散靈布氣九玄金光曜暉玉氣吐津萬
神並暢熙怡我身圓光奏命籍太一勒九天
降致八景輿策龍駕紫煙混合三帝室保我
億劫年畢引玉光金真之氣三咽便讀玉經
畢又祝曰
晨登九景臺夕入神霄門太一神夫子咸曰
○三來竟左執兆符籍右携洞陽君定生會紫○
房五神更混分混分逸帝堂七祖絕死根五
毒氣零滅聚津元淳運令我尸血化帝房出
金元三塗絕苦樹世世獲天仙常與景中王
積劫保元元
四真清明君
讀太極大道元景君道經當思肝中四真清
明君真氣青雲之色從兆泥丸之中入下布
兆胃脘之戶膺腱之下微祝曰
四真常生青光華精聚徊秀朗垣洸珍玉景
庭携提高上元俯仰要五靈披解七葉根與

我保華嬰畢引青炁三咽止便讀玉經畢又
祝曰
帝室混身一道萬分是曰帝一白帝皓靈金
霞廻日重冥幽寒藏神化落把兆五符與天
相畢玉暉覆蓋元死元疾七祖父母超登丹
室胞根八解死符絕滅帝得五元我廻三七
六府煥爽金書羽札世爲仙真實錄玄別華
繁曾玄世元曲折
三真元生君
讀皇初紫虛元君道經當思精血中三真元
生君真氣赤雲之色從兆泥丸中入下布兆
鼻兩孔下源之中畢微祝曰
三真煥元流丹徘徊玄合九景三洞金扉上
招朱童五苦廊開死根斷落日魂同飛超逸
十界上昇玉階畢引赤氣三咽止便讀玉經
畢又祝曰
七氣混合帝一廻元結滯日散兆命長還死
道閉滅斷絕胞根五藏生華六府金鮮帝一
保形司命保神五符啓扉五籍登仙世爲道
王帝師纏綿散香龍寵返華揚煙七携元上

八暉九陳流源回波領會六淵名書上清氣
積寂軒迴風脫死帝一相連五通七合俱生
上元
二眞堅玉君
讀元英中眞上老君道經當思骨節二眞堅
玉君眞氣碧雲之色從兆泥丸中入下布兆
太倉五腸之口畢微祝曰
二眞固神鬱勃三關迴金合玉堅備泥丸上
通帝氣布流金門混化啓明合我仙魂七祖
同飛滅絕胞根世保道德永享欣欣畢引碧
○雲之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰
魂生元中布在九重道出三極常遊絳宮三
宮合化是爲紫房紫房所在先由明堂明堂
之內守神桃康風雲鬱鬱既清且凉塞閉欲
孔劄破戀根其聖曰高其眞曰寧兆能知之
乃開金門金門左右忽見高晉左曰父寧右
曰精延此是景中伯與爾登玉晨父寧母精
世世爲仙萬條重華皆受帝恩
一眞天精君
讀中央黃老君道經當思心中一眞天精君
眞氣絳雲之色從兆泥丸中入下布兆胃中
四極之口畢微祝曰
一眞鎭心總領百神百神常生會我絳軒上
招玉氣六液沈珍赤景啓靈拔我七根超逸
三塗上昇南仙畢引絳氣三咽止便讀玉經
畢又祝曰
帝一迴風化合桃康流生起福上造玉堂混
而合之出入帝房三五合一必成仙君七玄
父母滅尸散愆萬劫千年皆登上仙曲節伏
邑廣敷鬱申守我形者司命丈人帝君公子
深固泥九太微玉華羽服揚幡魂魄長相抱。
百骨皆滿神神王生津上超越度死門遂友
高仙子把持玉清賓
九元之眞
讀青精上眞內景君道經當思九元之眞拘
制眞氣五色雲氣從兆泥丸中入下布兆左
耳之下伏晨之戶畢微祝曰
九天之精天關閑窻八景合氣上通金房三
元帝室返老生翁玉華灌溉練改炗容飛霄
紫輿運我昇空畢引五色雲氣三咽止便讀

玉經畢又祝曰
太微小童嘗在帝前其名景精其姓曰千合
形太一被服朱丹五符命籍把持玉案帝君
所臨主通諸神混合太一司命丈人固保靈
戶五藏會分帝仙守宅凶種滅根三氣鬱散
八迴五煙我得昇霄駕龍明軒　（卷二　十四）
皇一之魂
讀太陽九氣玉賢元君道經當思皇一之魂
上歸眞氣玄雲之色從兆泥丸中入下布兆
右耳之下伏晨之戶微祝曰
○皇一上眞洞生丹房朱映蘭暉發謚明光太○
元之音朗徹九空玄金獨落振響琅琅上招
玉景慟我神堂策虛昇飛遊宴玉京畢引玄
雲之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰
九宮一合化形帝宸上昇紫房命眞召仙會
濟魂魄領括百神七玄康樂拔苦破根死煙
滅氣福祿充軒兆登太霄觴景控雲月中五
帝挾日精輪鬱將遊阜飇景同遷
紫素左元君
讀太初九素金華景元君道經當思紫素左

元君鬱鬱元刃眞氣景雲之色從兆泥丸中
入下布兆頭面之境畢微祝曰
鬱鬱生眞其景生空靈光皇皇紫氣融融上
致流津下布我宮身生水火體變玉光飛仙
羽蓋昇入神公受書玉經成我仙宗畢引景
雲之氣三咽便讀玉經畢又祝曰　（卷二　十五）
慶元吉律流汩西田太帝携手命召甯仙拔
撤濁穢斷絶死根上一天帝號玄凝天曜明
大合淨寂泥丸是爲百元上使兆保長安列
圖玉皇併襟帝晨五府生華六液龍源淵清
○太素鬱寶金津萬仙來朝五嶽啓陳玄憩洸○
散天福泰煙彤梁守命戶長來護死門上生
玉房受位金仙天之玉堂帝接帝臂九天之
中安明劫年
黄素中元君
讀九皇上眞司命君道經當思黄素中元君
圓華黄刃眞氣晨景之暉上華從兆泥丸中
入下布兆胷腹之境畢微祝曰
九天上景化生華腪晃暐太空曜眞紫微上
致中黄百神降迴散根離苦八難豁開七祖

同昇福度巍巍使我神仙八景齊飛畢引景
暉之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰
太帝精魂陽臺八靈披散死氣混合衆生帝
一承圖三元會明九真安安七神寧寧超越
滯節過度兇兵上昇帝晨眄樂玉庭玄母定
錄五府開清胞根沒種血汙殄平七祖父母
起福三清元英明夫寧我仙經廣神安氣綠
迴絕冥閉藏死開太混一生長寢羽臺上固
神五老室受錄上清關保德七元日上上登
玉霄下下合帝一
白素右元君
讀天皇上真玉華三元君道經當思白素右
元君啓明肅刃真氣月中之華從兆泥丸中
入下布兆下關小腹至腳徹祝曰
白素啓明九天同生高虛素嚳淨景玉清迴
卷二 十四
真典仙流灑八溟通幽達徹朗曜華精使我
內徹五孔開明神公來遊我道克成畢引月
華之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰
魂生九氣氣變成神五老經會太一化仙二
十四真迴形帝先九曲下戶鎮生白雲黃庭

六府含養命根胎結胞樹種栽死山一得拘
制永斷滅源符籍清明金映玉軒長為德伯
世得道恩昇登日月遂友帝仙
日中司命
讀太一上元禁君道經當思日中司命接生
真氣三華之氣從兆泥丸中入下布兆左手
之戶畢徹祝曰
四大乘天天元來歸三華吐曜司命景飛為
我招仙七祖散閑上登太虛日月同暉畢引
三華之氣三咽止便讀玉經又祝曰
太一務猷收偉司北帝司玄一老子握節往
來元素把符白元守峰煥然神光明披雲昇
帝壇列坐震靈席混合五日房白氣育上生
青君寀延昌左攜籍上門右抱合和嬰我生
日月華友宵赤氣王八景照泥丸朗然洞房
卷二 十五
中嬰兒為赤子混雜生玉容五道秀金華位
為上清公七祖斷玄滯身得乘神風徘徊三
請上和祭返嬰童
月中桃君
讀元虛黃房真晨君道經當思月中桃君方

盈真氣月暉之色從兆泥丸中入下布兆右
手之戶微祝曰
元虛黃房內月中洸方盈左宴朱顏臺右攜
仙皇庭宴景三秀房結我神始生同飛入玄
玄七祖返華嬰羣引月暉之氣三咽止便讀
玉經畢又祝曰
九元鎮真五帝魂綿日月中王與兆為親大
混三五離落魄魂百節金映玉液迴神五府
生華白氣運煙光溢三清紫房實諱上關仙
戶下塞死門令我羽觡王帝之前七祖父母
返○生南軒虎符攝魔龍旌命神太一金書攝○
東三宮除滅死籍列名王真保生太上日月
同年
左目童子
讀太極主四真人元君道經當思左目童子
飛雲真氣日之華光從兆泥丸中入下布兆
左目之中畢微祝曰
四極太靈元君精映日華光溢童明光光二
景相照通我明梁三丹啓真我道開張毛羽
羅裾飛上玉京畢引華光三咽止便讀玉經

畢又祝曰
我乘混合氣纏固九真丘養光太昌子駢羅
凝羽珠九壽衆帝生洞景迴須臾七祖結解
散織積忽已除世世生福昌玄祖獲仙書身
昇太霞宮控龍宴玉虛上朝上清皇見侍幸

正扶
右目童子
讀四斗中真人七晨散華君道經當思右目
童子晨嬰真氣月之華光從兆泥丸中入下
布兆右目之中畢微祝曰
○七晨飛華華散三元混合成真上招月魂為○
我降靈啓我仙門七祖同飛上朝帝君畢引
月之華光三咽止便讀玉經畢又祝曰
三素牢張上老君神生道固我魄逸遊保兆
六合腦憂苦設曲門死氣閉地下身為帝一
君併襟樂六府鏡心丹玄房飛氣泥丸野體
曜金暉羽錄召真白氣童㩳百神死鮮長與
日月符籍纏綿世保道德永為天仙寂寂內
注遂昇帝晨
肺部童子

讀辰中黃景元君道經當思肺部童子素明
眞氣五關曜光從兆泥丸中入下布兆肺部
華蓋之門上通兩目之童畢微祝曰
童子素明黃雲九纓滄臺飛輪三神協眞號
曰玄上景列位高皇領總攝命百神撈我入
紫煙畢引曜光三咽止便讀玉經畢又祝曰
二老在左右帝魂不可分三九變其上下太
一立其中根五神奉我生籍司命塞我死門
九宮合而爲一六合總而内眞世獲仙書福
慶纏綿五老對席日月爲親太一來迎上昇
帝晨七祖滯血皆爲拔根返胎南宮受生帝
軒兆宴玉堂同襟帝輪世世列圖羽服揚幡
子孫保昌慶及後玄長爲仙伯役使萬神
胎中白氣君
讀金關後聖太平李眞天帝上景君道經當
思胎中一元白氣君務玄子太一精魂玄歸
子二神眞氣三華之色從兆泥丸中入下布
兆五藏結喉之本訖微祝曰
金關煥玉清白氣映丹霞明光鬱金鈴五色
吐三華流煒宴寢堂結我始生牙玉符召百

神金威微萬魔保此億劫年仙道明凶邪畢
引三華之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰
天生八氣廻合帝鄉五神奉符司命扶將拔
斷死籍盡穢幽冥七世解結福延玉庭血積
沉沒三素煥清兆昇天堂與帝合靈世得仙
契所願必成種年日中植命月庭返胎童家
回爲孩嬰生與天同壽與日昇
結中青氣君
讀太虛後聖元景彭室眞君道經當思結中
青氣君寥延昌元君精魂保谷童二神眞氣
氣如玉華從兆泥丸中入下布兆五藏大胃
上口微祝曰
雜合九靈二眞幽寥太虛重天上撈太一雌
雄混合同仙妙室上變九仙下解胎結七祖
慶欣五苦解脫使我飛騰靈化本質畢引玉
華三咽止便讀玉經畢又祝曰
種福九天外拔尸地門下七玄解滯積斷樹
除憂苦返胎朱火宮更生九玄戶眞氣日日
臻禍害日日除兆昇三清宮乘飈上景庭命
與月毋俱年隨日帝生累玄保仙籍廻老更

童嬰福昇六合内受圖永常生
節中黑氣君
讀太玄都九氣丈人主仙君道經當思節中
黑氣君斌來生帝眞精魂幽臺生二神眞氣
玉光之色從兆泥丸中入下布兆九腸之口
伏源之下畢微祝曰
太玄何寥寥黑氣生上靈帝眞綱明景九氣
合神廬變化十方領條致摩明初萬眞練我
仙百關自清居七玄斷胞樹九曾昇福堂上
招景中子與我登飛輿畢引玉光三咽止○便
○讀玉經畢又祝曰
帝魂胞元阿常鎮兆生門伏尸滅落保魂寧
神玄母迴光奉帝玉仙右命太一乃及兆身
北宴上清列爲玉賓顏生日華年合月煙長
躋金房晨景爲憐除灾伏胃門披苦三塗中
福積丹玄内慶无泥九房百神混帝一大變
流廻風返兆朽丈形改貌爲嬰童世世入仙
堂玄玄登羽宮大劫雖屢傾與日方增崇
胎胞中黃氣君
讀上清八景老君道經當思胞中黃氣君祖

明車天帝精魂理雖藏二神眞氣黃雲之色
從兆泥丸中入下布兆小腸二孔之本畢微
祝曰
上清曜玄臺八景乘天紀黃氣協神眞精魂
對帝子太一度命籍五符固不死携仙帶晨
暉廻風返形始披苦出七祖同獄九玄裏畢
引黃雲三咽止便讀玉經畢又祝曰
白雲合神景乘素會太微上朝帝一室解帶
皇一階啓明金門中三陽召上歸昇我身内
神覆蓋大明威大寶九華光映兆形招雲混
眞散香要靈舍景月中返胎受生年停曜景○
命遂无傾身爲仙王保此上清世受眞書玄
華玉庭
血中赤氣君
讀東華方諸宮高晨師玉保王青童君道經
當思血中赤氣君混離子司命精魂發紐子
二神眞氣如赤雲之色從兆泥丸中入下布
兆百關絶節之下畢微祝曰
晨暉煥東霞丹景映高清二眞協神宗落落
七華生五老飛帝席太一保童嬰錦雲曜幽

夜朗朗開重冥七祖勑符籍南極受胎靈高
晨眄雲輿運我昇飛軿拔解億世基歡我萬
刧程畢引赤雲氣三咽止便讀玉經畢又祝

五道混迴七門始分南和建節白帝彰形靈
二十
摽理魄會昌讃神奉符登霄寢息玉軒定錄
璭札世爲天仙三塗塞絶除伐胞根死氣沆
零褐輪无連福臻重枝慶會華玄名書玉堂
內世爲道德門
上玄元父玄母
讀扶桑大帝九老仙皇君道經當思上玄元
父高同生下玄玄母叔大玉帝皇太一重冥
空九帝尊神日　明眞太帝精魂陽堂玉天帝
九關魂錄迴道天紀帝魂照元阿七神眞氣
混合蓮花之形從兆泥丸中入下布兆本命
之根胞胎大結之中畢微祝曰
元父玄母七眞齊氣神公大帝九老并位爲
我固生拔度十界日月同符九帝合契坐命
天魔萬靈來𢷬淨景三舉上霞扶保億世畢
引蓮花之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

太玄聚暉映冠扶桑大帝變景須臾混分入
兆五府堅我玉根變軿太一合羽揚輪與兆
上昇迴轉金門年日德昌體寶金仙世世昌
盛眞符流連玄玄累葉名書靈軒羽籍紫庭
飛香奏煙福逮百枝慶溢帝門
二十一
三素老君
讀小有玉眞萬華先生主圖玉君道經當思
三素老君牢張上正一左仙仲成子正一右
仙曲文子三神眞氣混合黃白玄三色之雲
從兆泥丸中入下布兆鼻下人中微祝曰
玉眞生帝景萬華乘雲發三老精二仙共鎮
死戶塞神映七華生朽骨蒙更蛻起逸三界
庭五苦咸解脫得入九天表上朗高朱日畢
引三色之炁三咽止便讀玉經畢又祝曰
命門合精六混七分太一把籍司命理神帝
一固形无英守魂太迴紫房奉符帝君胞樹
伐滅斷絶血根七玄更起沆景生煙兆得上
昇化合帝晨身映日月命與天連重華累暉
咸會上尊世書靈羽紫錄內宣乘景三素盐
宴高元號曰仙王上淸眞人

中央玄一老子
讀玄洲二十九真伯上帝司禁君道經當思
中央玄一老子林靈天真氣黃雲之色布兆
陰莖之端灶方黑帝保成曷真氣玄雲之色
布兆勝胱之中西方白帝彰安幸真氣素雲
之色布兆陰囊之中南方赤帝長來肖真氣
絳雲之色布兆口舌之中東方青帝雕梁除
真氣青雲之色布兆五藏內五帝真氣從兆
泥丸中之下布兆一身畢微祝曰
五帝明真輔仙玄伯上帝景暉吐雲敷膺翳
翳神曜徘徊重實羽景保錄太一命籍五氣
總魂三精固魄金仙練容停年返白拔出幽
根日月同宅畢引五色氣五咽止便讀玉經
畢又祝曰
上寶月九真日氣變玉室呼吸紫微大混帝
一八煙叢生百靈明威九魂離合三光同輝
天皇在元紫煙霏霏五神奉圖始命不虧變
入九宮拔服朱衣腰佩虎章流雲綉帔帷帳
瓓玕五色徘徊日月照察使以東西神庭內
醴以除渴飢三五復反轉藏營機周流太一
生均兩儀玉清隱文又祝曰
太一變六合五神哺泥丸七積滅三塗血尸
塞下關三衿對五真拔斫胞樹根丈人號神
宗同心元素君天皇入太清五老奉符文世
世登羽宮重華日中軒元王始明精固我本
命門保獨運錄氣歸上谷下玄冥景映形神
朝蹕太上輪日月併玉鈴年隨二景分丹書
玉堂內位為天上君左携羽臺子右提金顏
仙
帝卿
讀太元晨中君刊峨眉山中洞宮玉戶太素
君道經當思帝卿肇勤精絳宮中一輔卿中
光堅黃庭下鄉卿緣上明三真之氣混合青
白黃三色之雲從兆泥丸中入下布兆身三
宮本命帝室畢微祝曰
三真生太元玉戶映晨霞太素洞元虛丹靈
森朱阿廻神九重府內唱發瓊華闕納百津
液停年三秀柯我身騰玉清七祖離幽都長
保不終劫萬一承仙家畢引三色雲氣三咽
止便讀玉經畢又祝曰

帝一混九玄太素五華精實羽宴玉堂八風
扇太明高上乘元景凌梵履昌靈七化紫房
下九混五帝消體生六色曜金映流神形感
濯元氣內金書玉皇庭王清隱文又祝曰
靈雲始分白氣鬱素混會九玄三五流布帝
一解形起登霄路太一呼吸五華堅固司命
主日中白元司日暮日中靜心心中妙悟夕
隱泥丸百神宣布二宮可以長生心腦可以
長度
帝一真君
○讀西元巍山九靈眞仙母青金丹皇道君道○
經當思大洞帝一尊君父寧在眞氣五色紫
雲之煙從兆泥丸中入下布一形之內散氣
九孔之中畢微祝曰
九靈通妙化金仙混扶桑帝一變百神合靈
西丹皇上爲胎仙母下號稱神宗曜景絕雲
杪蕭蕭紫微宮爲我執命籍保眞三素房妙
景空中降鍊我返嬰蒙七根絕苦哀逸起九
福堂畢引紫雲三咽止便讀玉經畢又祝曰
太上洞明飛景九元結精凝神司命混合散

形儲分千乘火甲萬騎揚幡俱與太一上造
帝庭仙伯元起徘徊仲成曲文一合我氣再
合我神三合我魄四合我魂五合我精六合
我身我身六合洞靈啓眞八景靈駕三素浮
輪我與帝一俱昇玉晨重華累枝混合天仙
篇二 二十四
身有道籍世有生根金簡羽符名刋日軒所
願即從天祿誂誂所向如心萬福盈門常存
太上帝一混九雌雄混化百靈經綿讀經萬
遍雲駕來迎携宴五帝日月九君號爲仙公
○上清眞人
大洞消魔神慧內祝隱文存諸眞法○
九天上文出自高上口訣解滯散原大洞眞
經三十九章理極於此上則引致高靈之霞
映下則滅於萬魔之凶誦之一遍開明幽關
三十九户納受玉律死氣沉塞百神內歡百
神既暢則聲達九玄氣朗紫霄響叩玉晨五
帝束帶萬靈朝軒生生來歸七祖昇遷身致
羽童飛景乘雲飛行玉清位齊紫賓此高玄
之妙道玉清之秘篇皆授金名玉字高仙眞
人七百年中有合此質聽得一傳

後聖曰得受大洞真經三十九章修行之日當先行大洞之儀格誦玉清隱祝之文又存百神内名外則過於萬試内則塞於死關如此一過便得一日一夜單誦三十九章不煩徧徧依舊行其儀軌也若是日又登齋誦經者當便按舊過行之 攝二 十五

雲笈七籤卷之四十二

[illegible]

存思

存思三洞法

常以旦思洞天日中思洞地夜半思洞淵亦可日中頓思三真　存思之法

次入室東向叩齒三十二通先瞑目思素靈宮清微府中青氣赤氣相沓鬱鬱來下入兆身中泥丸上宮便咽九氣次思蘭臺府中赤黃二氣相沓如先來下入兆身絳宮之中便咽九氣次思皇堂府中白黑二氣相沓如先來下入兆身臍下丹田宮中便咽九氣咽三洞氣畢便仰祝曰

天地混沌淵源三精元始結化五氣混生變化玄元灌注身形服御流霞升入紫庭北帝落死東華記名洞達幽微與帝合并畢又叩齒九通思元洞元明元曜延靈耀元君玄混以陽霞朱明之符授與我身次思洞天生官衣服諱字如上法並從素靈宮清微府中下以次入兆泥丸宮中畢仰祝曰　攝三

洞天上元監御九玄總統三炁混生丹田披
洞幽關出入無閒魂魄寶耀經絡華鮮飛雲
降室遊宴紫天齊保天地長享億年思洞天
畢
轉向南思洞地洞真大熒惑星大洞元生太
靈機皇君景化以通明四洞九元之符以授
我身次思洞地生官衣服諱字如上法並從
素靈宮蘭臺府下入兆身絳宮中便仰祝曰
洞地中元總領飛仙華冠寶耀腰青建巾授
我靈符通真致神洞思幽微受帝祕言解胞○
○散結九孔朗然七祖咸脫上昇南軒雲輿下
降白日昇晨思洞地畢
轉向北思洞淵洞玄太白子留金城耀耀元
精元導太仙君諱浩田以啓通明天寶符以
授兆身次思洞淵生官衣服諱字如上法並
從素靈宮皇堂府下入兆身臍下丹田宮中
便仰呪曰
洞淵幽關上參三元玄氣鬱勃飛霞紫雲流
黃五色華晨寶符服御啓明與天長存乘空
駕靈遊宴玉晨攜提景皇結友真仙思洞淵

畢還東向叩齒九通咽氣九過三洞畢矣呼
能行之真神見形玉女可使玉童見靈三元
下降以丹輿綠軿來迎兆身上昇太清惟在
寶秘慎勿輕傳

老君存思圖十八篇并敘

師曰修身濟物要在存思存思不精漫瀾無
感感應由精精必有見見妙如圖識解超進
神氣堅明業行無倦兼清可期期於有證證
之顯驗逆知吉凶以善消惡一切所觀觀其
妙色色相爲先都境山林城宮臺殿尊卑君○
○臣神仙次第得道聖衆自然玉姿英偉奇持
與我爲侍圓光如日有炎如煙周繞我體如
同金剛文不盡意猶待訣言言妙罕傳文精
希現現傳果驗劫載一人一人明難非爲無
果勿謀不易而息遵求求之能篤隨漸昇登
雖未具足微涉便到勝遠出俗居道居道化
俗涅而不緇故號居士一曰道士士即事也
習事超倫謂之大覺覺者取微眛圖證驗得
焉之羅在其一目如左本文內所說形圖畫
像元闕

存道寶第一

師曰寶者自然元一無祖無先常存無滅濟度無窮應感爲三終始一也不一由人人有億兆心兆億行大品有三上中下才悟或遲遲速之與遲必宗三寶一曰道寶二曰經寶三曰師寶師寶者得道人爲我師也經寶者自然妙文師所傳也道寶者無形之形即太上是窅冥中精應感緣時成數分形散體不可思議議而思之得不可得得不可得竟何所得得道眞也眞也者得之不死不生生死○

○應化不損不勞保此貴重故號道寶存思之時皆應臨目常見太上在高座上老子在左元君在右又見經在西方師在東面次見十天光儀侍衛文武伎樂各從方來朝禮太上先存見齋堂爲太玄都玉京山七寶城宮臺寶蓋師子之座座上蓮花以爲茵藉林前師子蹲踞相向香官伎樂參然羅列

存經寶第二

見道寶竟仍存玄臺之裏在於太上之西有七寶莊嚴光明帳座座有玉案案有寶經絳綃之巾火鈴之室宛藉縕幽鎮瓊經上玉童玉女侍衛香燈三十六部道德爲宗太玄侍官其形如左

存師寶第三

見經寶竟仍存玄臺之裏在於太上之東有七寶莊嚴明光帳座座上有玄中大法師即是高上老君妙相不可具圖應感變化無定無定之定定在心得心得有由由階漸悟悟發之初先覩玉貌素髮玄冠黃裳皂帔憑几振拂爲物樣塵凝神釋滯以正治邪仙眞侍○

○側左右肅然人天相交其形如左

存十方天尊第四

見三尊竟仍存十方天尊相隨以次同詣玄臺朝禮太上嚴整威儀爲一切軌則

北方無極太上道德天尊服色黑羽儀多玄

東方無極太上道德天尊服色青羽儀多碧

南方無極太上道德天尊服色赤羽儀多丹

西方無極太上道德天尊服色白羽儀多素

東北方無極太上道德天尊服色青黑又多黃

東南方無極太上道德天尊服色青赤又多黃

西南方無極太上道德天尊服色赤白又多黄
西北方無極太上道德天尊服色白黑又多黄
上方無極太上道德天尊服色玄紫又多蒼
下方無極太上道德天尊服色黄紅又多緑
右十人其形如左天尊當為同到玉京傘
扇羽儀不可悉備伎樂侍從亦回具陳舉
一反三觸一知十耳
授道德經存三宫第五
授道德經師北向置經於案上弟子伏左師
執經弟子擎法信師叩齒三十六通心存三
○宫泥丸上元宫也絳宫中元宫也丹田下元○
宫也三一出千乘萬騎營衛於經其形如左
朝朝於户外存四明等第六
朝朝於户外呪存見四明功曹一人通眞使
者一人傳言玉童二人侍静玉女二人
右六人其形如左
凡神官位號各以明義雖皆道應感化不同
前後高卑各隨才識識悟緣漸故諸官互陳
或申通宣傳或侍衛開導學者所求各從其
顔三元妙氣氣妙本一一本居宗三元化按
三之宗一四主寘明明之者知道知道者見
妙見妙由明資於神識職有典掌總名爲曹
曹有績効皆名爲功功曹接導開關覩明故
曰四明凡夫蒙愚懸道乞服修行法事先開
功曹次及通眞使者玉童玉女達道正神能
致生氣生氣即妙一之本入身則延年不死
超三界之上居三元宫中正一合德八方和
明功職所關故號四上右虎左龍仁義嚴明
仁以輔善義以止惡惡消善積由於知眞眞
○無復雜雜弗能變故稱素女潔白靡汙夜闇○
無明棗須童朗上玄少女演元始之氣同學
者入黄宫之中中極正宗高尊所處信誠感
通所格必免黄房八隱義依此例
夕入於户存四上等第七
夕入常於户外呪存見四上功曹一人龍虎
使者二人侍静素女一人開明童子一人上
玄少女一人
右六人其形如左
入堂存三師第八
入堂先思見經師次思見籍師次思見度師

右三條各見所在之方也

存五藏五嶽五星五帝金映五色圓光第九存三師竟次思見五藏五嶽五星五帝

右四條備衛身中身中變化無所不容互於晝圓無由備交之於外採本才任得之

言前功物述致謬耳

金映蓋一體體作五色從肺後出項有圓光如日象

右三條在身中照明十方

○凡存思之時皆閉目内視人體多神必以五藏爲主主各料其事事各得其成成正則一○而不二則隱顯無邪無邪則衆如可見見則與聖符同同聖即可弘積學自然感會是以朝夕存思不可懈怠存者何也敦也輪也思者何也司也嗣也勿以輕躁失本學以重厚得宗得宗則輪轉無滯輪轉無滯則存而不亡不亡由於司察善惡善惡在乎嗜慾偏頗嗜慾偏頗者受憎迴遑往返生死勞苦未停未停之停停善不著善之善歸宗未能至至宗無者資於念念相續繼念嗣存無有入於無間無爲而無不爲號曰微妙玄通和光挫銳濟度無窮是故爲學之基以存思爲首存思之功以五藏爲盛藏者何也藏也潛神隱智不炫燿也智顯慾動動慾日耀耀之則敗隱之則成光而不耀智静神凝除慾中淨如玉山内明得斯時理久視長生也

第一見肺紅白色七葉四長三短接喉嚨下

肺者何也腦也伐也善惡之初兆而未明明則伐善善癈惡興伐人命根根斷不斷由於此藏此藏藏魄魄者何也粕也著也○入之炫燿莫不關豁慾著曰惡惡如糟粕愚俗滯之不識精本今願捨著存而見之魄則肅然不得爲惡惡息宜改先存之大與金合成則未分其色紅白葉數納言取其和成德魄始於肺終於脾脾一又二畢濟也兼濟者信也

第二見心如芙蕖未開又似懸赤油囊長三寸在前心者何也深也斟也是非未辨斟酌僅量敗則喪身成則得道禍福之源由於此藏此藏藏神神者何也申也真也智慧

之主使屈能伸存而見之神則㲉然識定
入眞不可深厚也
第三見肝蒼紫色五葉三長二短九寸在心
下肝者何也幹也還也悟忍氣能改決定無
疑行善建功幹事不怠審正還宗由於此
藏此藏藏魂魂者何也紛也廻也紛紜俗
海廻向道門存而見之魂則欣然歡運動
立元陰善業也
第四見腎蒼色如覆雙漆盃長五寸俠脊兩
脊著脊腎者何也緊也津習善緊緊不及慢
津潤無窮濟度無極通道祛俗由於此藏
此藏藏精精者何也清也靈也動以徐清
化變無礙神靈往還提携空極存而見之
精則澄然不散泄也
第五見脾黃蒼色長一尺二寸中有一大曲
掩太倉胃上脾者何也稗也移也清凝潛潤
補益一切能安能移而不匱既成由於此
藏此藏藏志志者何也至也異也潛潤家
化頑鄙異人存而見之信驗由志則諶然
至道乎

坐朝存思第十

坐朝者端坐而修禮也凡有公事私礙或在
非類之間不得束躬止當展敬但自安坐不
使人知香火非嫌乃可爲之人見致笑亦不
可關將護彼意勿增他愆初夕向曉依時修
之白日啓請亦宜平坐坐則如常勿華形色
惟令異人不能覺知人覺而喜乃可化之覺
而嗤鄙訾毁正眞誣其招殃又壞于業古之
學道爲已今之學道爲人爲人苟以悅人不
顧心非爲已者存心是則不顧迹違違亦申
心致感迹迹强欲伏衆有迹無心非惟徒勞
乃更獲罪學眞之士各加思宜宜貴會時時
貴善合合而非善此時勿會會必兼濟濟物
及身善善相得捨惡昇仙乃謂爲會會惡致
敗名濫殊若出處所遭遭時二病一者滯心
二者執迹執迹者宜以心法化之滯心者宜
以迹法引導導迹弗偏化心遣執二病豁除
上聖之道就矣凡行經山水積日舟車舟車
之中山水之際步涉登陟舍住相須疲倦止
息皆依時存禮隱顯隨宜存思精審自然志

勞魔邪惡人不敢撓近當誦經行戒以善與居與居無善破戒違經雖復存禮終不覩真嫉鬼妬神凶人惡物更相衝犯煩惱生災坐卧無寧念存久行行之檢身心存口誦解了無疑以定三業三業既定衆災自消人鬼敬伏擁護去來出入動靜必保貞吉凡行者亦存想爾注三業在盟威經後凡存思者急宜憶之故標出如左

上最三行

行無為　行柔弱　行守雌勿先動

中最三行

行無名　行清靜　行諸善

下最三行

行無欲　行知止足　行推讓

一者不殺二者不盜三者不淫此三事屬身業

一者不妄言二者不綺語三者不兩舌四者不惡口此四事屬口業

一者不嫉妬二者不瞋恚三者不邪疑此三事屬心業

右九行三業十事存念驚恐人思相干皆速思之危即安也

卧朝存思第十一

卧之為法勿正仰如尸當側傍撿體莫恣縱四肢不可高枕三寸許耳香藥為枕無用惡木冷濕穢臭衝犯泥丸雖行途權假常宜防之卧起呪願善念存心存朝禮時不可闕闕礙公私後皆懺悔也

朝出户存玉女第十二

玉女者是自然妙氣應感成形形質明倩皎如玉隱而有潤顯又無邪學者存真階漸昇進進退在形出入在道道氣玄妙纖毫必應應引以次從卑至尊故白日則玉女守宫夕夜則少女通事濟度危難登道場也

夕出户存少女第十三

夕出户呪曰少女通靈學未昇玄不得無業業有優劣皆必須因因積果妙乃一其神神而未一由學未止請之以漸引陰濟陽人生陽境動靜歸陰陰為道體應感最妙妙應之初有茲少女秉正治邪和釋腸戾

罰惡祐善陰德濟陽顯揚玉明其可堅貞
呪而存之成兵則速矣
右一人其形如左

齋存雲氣兵馬第十四

朝夕出入存神禮師志與朝儀同凡行道時所存清旦先思青雲之氣市滿齋堂中青龍師子備守前後次思青氣從師肝中出如雲之昇青龍師子在青氣中往覆弟子家合宅大小之身仙童玉女天仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎監齋直事三界官屬羅列左右耳正中思赤雲之氣市滿齋堂朱雀鳳凰悲鳴左右次思赤氣從師心中出如雲之昇鳳凰朱雀在赤氣中往覆弟子家合宅大小之身仙童玉女天仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎監齋直事三界官屬羅列左右日入思黃雲之氣市滿齋堂黃龍黃騶備守四方次思黃氣從師脾中出如雲之昇黃龍黃騶在黃氣之中往覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎監齋直事三界官屬羅列左右此三時行道六時依如後科人定思白雲之氣市滿齋堂白虎騶驎備守內外次思白氣從師肺中出不須存騏驎宜存白虎若存驎思白驎在白氣中往覆弟子合家大小之身仙

童玉女兵馬日月悉如前法黃籙大齋三時行道宜用日入常齋三時可取人定人定而用日入存思又六時更從晝始次赤周白此皆失法青白別有皆非五藏六府之儀也夜半思玄雲之氣市滿齋堂靈龜騰蛇備守上下次思黑氣從師腎中出如雲之昇靈龜騰蛇在黑氣中仙童玉女日月兵馬悉如前法也向曉思紫雲之氣市滿齋堂辟邪師子備守隱顯次思紫氣從師膽中出餘如前法其形如左

凡師思雲氣各從方來青雲出上見從其方稍出漸成鬱鬱氤氳充溢堂宇然後思己身中藏氣又出與雲色采合氣同明淨香潔覆庇家門宮城山水小大畢周神官靈獸齊整參羅前後左右四方內外上下隱顯六時轉

陰神靈普遍也

上講座存三色三一塊魄第十五

上講時先存三色次存三一行道有大時上講但三時食後上晡人定三時入齋堂拈香禮三拜巡迴休坐竟有衆者法師以板擊席仍放板膝前同臨目握固存頭氣青兩手氣赤兩足氣白三氣繞身其形如左

初登高座先存禮三尊第十六

講義及讀經先靜竟登起向太上座三過上香却後數尺禮三尊三拜又仍存經師籍師度師各禮一拜合六拜乃登高座其形如左

三尊者道尊經尊眞人尊三尊通乎人身人身鈇與三尊同者淸齋精思禮拜存之日一過如此初下六拜後重不須禮一則二拜叩搏頰念如法麁者心拜之

登高座侍衛第十七

登高座安坐安坐者大坐之欽板當心鳴鼓三十通咽液三十六過臨目見左青龍右白虎前朱雀後玄武足下八卦神龜三十六師乎伏前頭巾七星五臟生五氣羅文覆身上

三一侍經各千乘萬騎仙童玉女衛之其形如左

萬遍竟雲駕至第十八

能讀五千文萬遍太上雲駕下迎萬遍畢未去者一月三讀之須雲駕至便昇仙其形如左

修行萬遍之道又存五雲之星精經之後夜半至生氣之時餌服五牙之氣坐向月建之方叩齒九通咽液三十六過臨目存五星辰在頭歲在左肘太白在右肘熒惑在兩膝間鎭在心中良久乃上行入帝思不忘千災自然絕萬禍不能干後當身上出水身下出火智慧六通奄見五老是五星精神見之則變化自在同昇斗天也

思修九宮法

守寸在兩眉頭入三分左黃闕紫戶右絳臺靑房天庭宮左明堂上雌宮明堂宮兩眉中却入一寸是雄宮極眞宮左洞房宮上雌宮洞房宮兩眉間却入二寸是雄宮玄丹宮在丹田泥丸宮上雄宮丹田泥丸宮兩眉間却入三寸是雄宮太皇宮在流珠宮

上雌宮流珠宮在泥丸宮後一寸是雄宮
玉帝宮在流珠宮後一寸是雌宮
守寸紫户大神名平靜字法王青房大神名
正心字初方三呼其名字祝曰
紫户青房有二大神手把流鈴身生風雲俠
衛眞道不聽外前使我思感通利靈關出入
貞利上登九門即見九眞太上之尊
明堂宮左有明童眞君諱玄陽字少青右有
明女眞官諱微音字少元中有明鏡君諱照
精字四明三君共治明堂宮並著綠錦衣腰
帶四玉鈴口銜玉鏡鏡鈴並赤玉並如嬰兒
之狀三呼三君名字叩齒九通則千妖伏息
洞房宮左有無英公子右有白元君中有黃
老魂三眞共治洞房宮中此飛眞之道在金
華經中
丹田泥丸宮左上元赤子名玄凝天字三元
先右帝卿君名肇勤精字中玄生二人共治
丹田宮此守三元眞一地眞之要路昇空乘
龍車之道也
流珠宮有流珠眞神居之又有日月中女子

名極旋字寄眞別有流珠經此太極公卿司
命之道
玉帝宮有玉清神母居之又有紫素黃素白
素三素元君居之上清神母姓廉名衛字荒
彥長九寸九分著黃衣素靈之綬頭戴七稱
珠玉之髻冠無極進賢冠居無上之上太極
珠宮中七官府五靈鄉玄元里下治兆身玉
帝宮中
天庭宮有上清眞女居之眞女姓厥名迴字
翔頻長六寸六分著青寶神光錦繡霜羅九
色之綬頭戴玉寶飛雲之髻冠玄黃進賢之
冠居無上之上太上崑崙太幽宮中明堂府
九光鄉大化里下治兆身天庭宮中
極眞宮有太極帝妃居之太極帝妃姓玄名
靈生字伯元長七寸七分著玄羅五色鳳文
之綬頭戴七寶玄雲之髻冠無極進賢之冠
居無景之上太清極玄宮中玉房府三丹鄉
丹元里下治兆身極眞宮中
太皇宮有太上君后居之太上君后姓遷名
含枝字合延生長三寸三分著七寶飛精玄

光雲錦霜罪九色之綬頭戴九玄玉精頹雲
之髻冠玄黄無極三寶玉冠居太清九玄之
洞無極眞官中丹精府靈光鄉玄玄里下治
兆身太皇宮中
四宮雌眞一之道高於雄眞一素靈所秘是
天元始生之陰宮號帝妃也叩齒三十六通祝
曰
太清陰神號曰女靈嬰景九玄秉眞隱冥日
吉天朗告齋上清心念目矚洞鑒神形運守
宮宅玉華芳盈五色變化流黄紫青運致飛
霞上造帝庭畢叩齒三十六過止
玄丹宮有中黄太一眞君居之太一眞君厥
諱規英字化玄貌如嬰孩坐在金牀玉帳之
中著紫繡錦衣腰帶流火之鈴鈴赤色光聲
聞於十萬里左手把北斗七星之柄右手把
北辰之綱乃存北極辰星中有紫氣滿宮溢
出身外身與紫氣混合爲一又存日從天上
下入玄丹宮紫氣中央次存中黄大一眞君
從北極紫氣中下入兆玄丹宮日中央坐口
吐紫氣滿玄丹宮中又存己身上入玄丹宮
中對中黄太一眞君坐因心起再拜膝前問
道求神仙長生之意因存口吞紫氣四十過
又存北斗七星中有一赤氣大如弦下入己
玄丹宮中又存太一眞君與兆倶乘日入赤
氣道中上詣北斗魁中寢卧良久行之十八
年後使玉童玉女祝曰
太上眞皇中黄紫君厥諱規英字曰化玄金
牀玉帳紫繡錦裙腰帶火鈴斬邪滅奸手把
星晶項生日眞正坐吐氣使我咽吞與我共
語同晏玄丹鍊灌七魄和柔三魂神靈奉衛
使我飛仙五藏自生還白童顏受書上清司
命帝宮所願所欲百福惟新
頭中諸眞神上治九天之上下治頭中泥丸
人身中百神皆與天靈通同久存呼之則載
人昇天也其文在前
帝君諱逢陵梵字履昌靈一名七靈一名神
丈人居太極紫房中爲身中百神之主帝君
上治玉清天紫房宮下治人頭紫房宮中太
一名務猷叔字歸會昌一名鮮明一名寄頻
左無英公子名玄充叔字合符子一名元素

君一名神公子洞房宫右白元洞陽君名鬱
靈標字玄夷絶一名朱精一名啓成本六合
洞房宫中央司命丈人君名理明初字玄度
卿一名神宗一名靈華六合洞房宫司命桃
君名孩道康字合精延一名命王一名胞根
六合洞房宫帝君主變太一主生司命無英
主精白元主魂魄桃康主神靈人有五籍五
符稟之帝君五神執之各主其一間關本命
除死籍上生名常存五神各捧一青玉案上
有我五符五籍符長一寸廣五分籍長五分
○廣一寸存司命君左手把白玉簡右手執曾
青筆爲我削除死録白簡黑書爲我上生録
白簡青書存符籍上有我州縣鄉里姓名年
如干青文緑字分明了了五神各捧案聳符
籍從六合宫中上入紫房宫中對帝君前以
呈帝君帝君即合左玄一老子名林虛夫右
三素老君罡張上正一左仙人仲成子正一
右仙人曲文子齋兆兆已符籍上詣玉清太
素太上三元上清高玄諸君九天宫太素三
元高玄並太上仙官也

思九宫五神法

九天九宫中有九神謂天皇九魂變成九氣
化爲九神各治一宫故曰九宫太清中有太
素太和洞房中有明堂絳宫是曰六府上曰
天府下曰洞臺三五之號其位不同一曰太
清之中則三五帝君二曰三一丹田神又五
者符籍之神太一公子白元司命桃君是也
合而名爲三五三五各有宫室若三眞各安
在其宫五神上見帝君帝君左有元老丈人
右有玄一老君此則無極之中所謂九宫上
○一則眞一也九君所謂天之魂自然成眞子○
也以爲兆神者也若非知精存九君深思三
眞必能以兆一體周旋三五之中反覆七九
之象使天帝之靈魂常治兆已五神奉籍周
而復始必將白日登度何但不死而已哉

存元成皇老法

以月二日三日夜半安臥閉目存思太極中
皇帝君次思左有元成老子衣青衣冠五華
白冠左手持金液漿右手持白幡並在太極
之中有九名一曰太清二曰太極三曰太徵

四日紫房五曰玄臺六曰帝堂七曰天府八
曰黄宫九曰玉京玄都要而言之從人項上
直下一寸爲太極宫太極宫方一寸耳在六
合宫之上六合太一之神居焉從兩眉間却
入一寸爲明堂却入二寸爲洞房却入三寸
爲丹田其明堂之北洞房之南兩眉間之上
一寸爲六合宫宫方一寸存三真畢又存我
魂一人如我之狀上入太極宫二老因授青
芝金液漿見與以次存食芝而飲漿青芝似
蓮華漿似美酒耳飲食都畢已乃再拜帝君○
之前而言曰今日清吉帝君在庭賜以神芝
金液玉漿二老度籍太一奉章長生久視壽
命未央又存帝君答曰幸哉奉時月二日三
復來畢因以服名受帝之藥存思太極之
時皆當從兩眉間入爲兩眉間爲泥丸之玉
門名曰守寸黄闕紫房矣

存帝君法

常以本命日或正月一日或以六戊日 正中
時冠帶入室北向再拜呪曰
高皇帝君太上玉晨皇天元老无上大道曾
孫某甲願帝君長安兆身紫房宫中 其夜人
定時入寢室正卧冥目上向存念北斗太極
中央大明星精耀正黄光氣來下在兆目前
引入口中咽三十七過止存使黄精和氣填
滿太倉黄庭中下丹田下至陰室 地户周行
而體悉令畢至乃又念紫房宫中有五人欻
象成五帝天皇帝君正在中央太一來上當
跪帝前奉兆命籍司命立後除兆死錄存削
去死録死録黑簡白書也生録白簡青書也
存見白玉之簡曾青之筆司命 進授此白簡○
青筆於帝君帝君伏南向而書之曰某郡某
鄉里某甲字乞玉闕記年長生上玄所向如
願爲真爲仙天下見者皆曰真人太一司命
保護甲身永養日月壽百萬年又心存籍簡
一枚令長一寸闊五分耳思念書字極令了
了又次存太一公子白元司命桃君五人從
六合宫上入紫房中各奉書玉案案上各有
一符符各有青緑色以呈帝君帝君以次取
符付向者共化之四帝其一帝名曰彫梁際
字青平其一帝名曰長來覺字南和其一帝

名曰彰安字西華其一帝名曰保成昌字壯伐存此四帝並共讀五符讀五符畢因授與兆兆得符即跪帝君前以次服之畢又存思四帝從虛空中上昇三天臨去各告兆曰子能常存我名字者則辟萬害長生不死我太上之子三元之內真度汝命籍五符入形故以來存天地以致仙靈也若春月則存青平帝以青液之體盛以青玉椀一升見與服之服之畢四帝俱上昇天也夏月存南和帝四時倣此也

○存玄一老子法

又存帝君之左有玄一老子服紫衣建龍冠又存帝君之右有三素老君服錦衣建虎冠夫龍虎冠象如世間遠遊冠而有龍虎之文章也玄一老子名林虛夫字靈時道三素老君名罕張上字神生道二老並從正一仙人在後其左仙人仲成子一名帝賓字四華其右仙人曲文子一名光堅字靈和服色衣冠亦如二老之狀

存司命法

又存司命下至六合中詣太一宮司命合形太一太一復上詣帝君度兆符籍太一啓帝君曰符籍已度司命合形四帝賜體高上記生乞得書名出錄以付二老君於是帝君忽於懷中出兆命籍付左老子又於懷中出兆五符付右老君二老授符籍而言於帝君曰某甲生錄已定長存世上帝符五行上記太素宮於是二老命二正一仙人仲成子曲文子賫某甲命籍五符上詣玉清太素太上三元上清高玄諸君九天宮宣令帝度某甲生籍使得神仙號曰真賢二老有命皆使記焉○於是二人賫兆符籍宣于九天良久都畢又存司命太一分形各為一人共遊行太清檢御一體百神上下訖而各還其宮名此為百神混合本命帝君大變之道五帝定錄之時二老定生之會也

[illegible]

存思

太一帝君太丹隱書一名太一別訣

夫學道而無太一猶視瞻之無兩眼存念而無太一猶胷腹之失五藏御神而無太一猶起行之無四支立身而無太一猶尸殭而無氣矣是爲此經開通萬神生成塊律千途百徑太一而立人焉若學無師者徒自煩勞也今別復撰此經之彼流鈔出其外際未陳幽妙靡該秘唱者名爲太一別訣

如有可尋以悟始涉未令頓開深源者也自使別訣微行於學者涉麤跡以自覺焉至於幽玄內楫合奇萬津流會眞神混合靈府煒煒乎神景之變發曜於造化之外煥如圓曜寂如太無鬱起而空洞結雲凝思而千年繼夜可謂微乎深哉太一之變也皆理竭於此經事悉於洞玄者矣夫人者受生於天魂結成於元靈轉輪九氣挺命太一開關三道積神幽宮所以玄液七緩流津敷澤日月映其六虛口目運其神器雲行雨施德擬天地胞胎內一五因來具立人之道其如此也故五因者是五神也故三道是三眞也夫五神天之魂也三眞天之道也九氣天之胎太一天之源日月天之眼玄液天之潤六虛天之光幽宮天之府神器天之化元靈帝之變凡此言九氣者乃混合帝君之變變而化九是謂九宮九宮混變而同一矣兆欲修已求生當從所生之宗所生之宗謂元父玄母也元父主氣化理帝先玄母主精變結胞胎精氣相成如陰陽相生雲行雨施兆已道合元名數。

起三五兆始稟形七九既帀兆體乃成和合三五七九洞冥象帝之先當須帝管天皇之功九變爲靈功成人體體與神并神去則死神守則生是以三元爲道之始帝君爲道之根太一爲道之變九天爲道之神九宮爲道之宅玄液爲道之津修之三年可以照鏡三田以致神仙朝適六合夕守泥丸堅執胎精使心常勤後學之子須此爲緣見是經者始可與言九氣陶注太一運神矣既得爲人人

亦象矣自无太一靈簡三元金名司命隱符
五老紫籍雖受天氣而生皆不得聞見至道
矣子无又玄宮紫札上皇寶名太一玉籙東
華隱圖三元銘神大帝參魂者雖受天之性
既得覽聞至道矣亦不能修爲爲不能久久
而不固固而不專專而不能洞也適可隱存
五嶽登行常生之塗耳不得八景超霄浮煙
控轡飛騰虛羽躡躍太无矣子又無瓊臺羽
札流雲五校太一金闕五皇隱籙後聖七符
○空山石函丹皇素章玄皇玉行天母胞圖太
上圖名保真秀景光籙神靈之錄者皆不得○
見洞真玄經視帝一之變又不得聞消魔神
智慧之詠又不得聞太上隱書八素之辭又
不得聞大洞真經三十九章金真玉光鬱落
七元也存三守一精思洞房會帝君則化生
九靈於子形中輔子之神明成子之仙真保
子之長生固子之胎魂也白元无英桃康司
命太一混合五神捧籍列符五神各有所主
混合九變三五化形於是三宮鎮真百節受
靈帝君寶籍宿命无傾九天九宮中有九神

是謂天皇九魂變成九氣化爲九神各治一
宮故曰九宮太清中有太素太和洞房中有
明堂絳宮是曰六府上曰天府下曰洞臺三
五之號其位不同一曰太清之中則三五帝
君二曰三一丹田神又五者符籍之神太一
公子白元司命桃康君是也合而名爲三五
三五各有宮室若三真各安其宮五神上見
帝君左有元老丈人右有玄一老君此則无
極之中所謂九君上一則真一也九君所謂
○天之魂自然成之子也以爲兆神者也若兆
之精存九君深思三真必能以兆一體周旋○
三五之中返覆七九之裏使天帝之靈魂常
治在兆已五神奉籍周而復始必將白日登
晨何但不死而已哉帝君混化周旋三五太
一萬結成七九其數合二十四也天有二十
四氣氣之上化也變而則成真人真人亦稟
之故體有二十四神神有千乘萬騎雲行八
極之中子若思存念之慎勿忘可以辟死求
生上超十方於是神安氣洞上與天通越出
地户過度天門隱息四維七星散分飛行雲

房日月殖根守金藏王制御萬神仙王何人我已成其眞矣此隱存之道也並有經訣在上皇中極寶景篇中子既有之不得妄傳必須歃誓審人乃宣夜半生氣時若鷄鳴時正卧閉目微氣存左目中出日右目中出月並徑九寸在兩目耳之上名爲六合高窻也日月使照一身内徹泥丸下照五藏腸胃之中皆覺見了了洞徹内外令一身與日月光共合良久畢叩齒九通咽液九過乃微祝曰

太上玄一九星吐精三五七變洞觀幽冥日月神光下徹神庭使照六合太一黄寧帝君命簡金書不傾五老奉符天地同誠使我不死以致眞靈却遏萬邪禍滅消平上朝天皇還老返嬰太帝有制百鬼敬聽呪畢乃開目名爲日月鍊根三光校魂以制御百神辟諸鬼氣之來侵使兆長生不死夕夕存之矣又存左目爲日右目爲月共合神庭之中却上入明堂之中化生黄英之醴下流口中九咽之以哺太一常以生氣時存之畢微祝曰

日月上精黄水月華太一來飲神光高羅使我長生天地同柯畢五日一行之

口中舌上爲神庭存日月既畢因動舌覺有黄泉如紫金色從舌上出上流却入明堂之中名爲黄英之醴也存思之時當閉目絶念

常以月朔之夕生氣之時安卧閉目向上心存二十四星星大一寸如相連結之狀又存一星中輙有一人合二十四人如小兒始生之狀无衣服也於是二十四星直從天上虚空中來下迴繞一身外三帀畢次以咽之入口中凡作二十四咽咽時輙覺吞一星也覺從口中徑至臍中名曰受命之宮也又覺星光照一腹内洞徹五藏又存星光化爲二十四眞人並吐黄氣如煙以布滿臍中鬱鬱然洞徹内外也良久微呪曰

二十四眞迴入黄庭口吐黄氣二十四星灌我命門百神受靈使我骨强魂魄安寧五藏受符天地相傾畢名曰眞氣入守命門以辟父禍百鬼之疾令人長生不死太元混合以象一靈虚生之子以爲上帝君又居泥丸之帝以爲三一之尊帝尊帝者是虚生之子也

是謂三帝爲太一受生於空洞變化乎八方
立景於三帝之間流會乎萬神之領天地之
尊皆須太一而自運也靈帝无太一則玄靈
不埏氣尊帝无太一則三一不居其宮域故
太一之神併五神以通用上合體於二帝帝
之爲高猶天皇帝君者也尊形九魂魄生三
五合會結成帝君將帝生也受玄中上氣三
五雜合之所挺爲是以帝生於无極之表空
成之中是於太清之域治在玉清氣紫微宮
光耀五色華蓋九重前洞泥丸後閒幽門下
臨六合上連紫雲百靈宿衛飛閣交通玉殿○
朱陛內有金房中有太眞號曰天皇憑虛而
生處無極之中衣五色珠衣冠九德晨冠制
御天地時乘飛龍六轡超虛九道自通此自
然之精氣衆眞之帝君兆常思而誦之可以
爲仙王
太極之中有九名一曰太清二曰太極三曰
太微四曰紫房五曰玄臺六曰帝堂七曰天
府八曰黃宮九曰玉京玄都要而言之從人
頂上直下一寸爲太極宮宮方一寸耳在六

合宮之上六合宮太一之神居焉六合宮在
明堂之北洞房之南兩眉之間上一寸也
帝君主變太一主生司命主命无英主精白
元主魂魄桃康主神靈人有五籍五符稟之
帝君五神執之各主其一開關本命除死上
生而无太一之事者萬不生也
太一者胞胎之精變化之主魂魄生於胎神
命氣出於胞府變合帝君混化爲人故太一
之神生之神生之母帝君之尊生之父太一
名務猶收字歸會昌又一名解明一名寄頹
此○三元洞玄內寶經之眞名字外訣雜鈔云○
云之名皆非實非眞也今此名字甚不可告
人自知之者長生不死辟却萬禍能致神靈
玉女來降已矣夕夕當存太一在己身中六
合宮或存太一在兆左右座卧背向无所不
在也皆以生氣時存之畢呪曰
太一之精起於太清魂魄受化形影爲靈攝
御百神拘制三陽帝君玄煙合眞會昌內安
精氣外攘災殃却除死籍延命永長衣服老
少變易无常治在六合周旋絳宮下達洞門

上到玄鄉混合三五遊息天京呼引日月變
化雄雌攝兆符籍胞胎之囊死生之命太一
扶將
存太一與兆形正同衣服亦同也是以兆之
身常當齋潔而修盛以求會景於太一也衣
服中物一不得假借於不同氣者諸如此類
皆當慎之子既不能服食去穀精思研眞矣
當節諸腥穢腥血雜食葷辛之菜一爲禁絶
若能如是以愈矣可以庶生命之長矣
右无英公子者結精固神之主三元上氣之○
○神結精由於天精精生歸於三氣矣故无英
公子常攝精神之符命也名玄充叔字合符
子又一名元素君一名神公子常在玉房上
清之内夕夕存思之畢呪曰
太上玉眞皇精相連三元英氣太玄紫辰九
霄挺明五華生煙黄闕金室中有大神握固
流鈴晉建華冠紫蓋廻飈龍衣虎文貌狀嬰
兒四靈洞均出丹入虛合形帝君呼陰名陽
天道有眞名曰玄元叔號爲无英君周流九
道散化五常攝精生我與道長存

右白元君者或曰洞房君也主攝魂魄之氣
撿御靈液之神故魂魄生於九靈之宮神液
運於三氣之眞是以御之者號曰白元洞陽
君攝持魂魄之符命焉白元君名鬱靈標字
玄夷絶又一名朱精一名啓成治在玉堂上
清之内夕夕存思畢呪曰
太上神精高清九宮三氣結變正當神門龍
衣虎帶扶命還魂腰佩玉書黄晨華冠把籍
持符呼吸混分名曰鬱靈號曰白元與我俱
遊上到陽關周旋九清六合之中固養精液○
○況九上元百神扶將各鎭寶宮撿御既畢還
安黄房
中央司命君者或曰制命丈人主生年之本
命攝壽夭之簡札太一變魂而符列司命混
合而對魂帝君司命之神主典年壽魁柄長
短之期是以混合太一以符籍而由之故稱
丈人焉名理明初字玄度卿一名神宗一名
靈華白日治幽極宮通御陰房出入神廬而
門中夕治在玄室地户之中幽宮之下六合
宮之上一界中耳陰房者是鼻之兩孔中也

司命出入當由鼻孔不兩眉間也夕在玄室
為玉堂之中地户亦為陰囊中也若女子存
之令在陰門之内北極中夕夕存思爲存畢
呪曰
皇一之䰟化成九名混合三真變景帝庭幽
極玄户中有天靈周旋七運百神合成攝籌
把筭司命之精龍衣虎帬冠巾七星常在我
已安存我形號為丈人名曰理明上通符命
使我長生三元六府萬關條平攝御靈氣與
兆合并龍輪徘徊共登太清齊光日月幽幽
冥冥刻命青錄天地俱傾
命門桃君者攝稟氣之命此始氣之君也還
精歸神變白化青合規挺矩生立肇冥天地
之資元陰陽之靈宗金門玉關房户之寳並
制命於桃君之氣也故太一逯景帝君合䰟
逯景者俱混洞以萬變合䰟者化精液而生
也精變之始由桃君而唱以别男女之兆爲
桃君名㨿道康字合精延一名命王一名胞
根白日治在金門五城中是爲臍中命門下
丹田之宫也夕治在六合中太一之右爲夕
夕存思畢乃呪曰
玄元結精虛氣合煙胞胎之結陰陽之親太
上三氣下入兆身百節受靈萬神各陳混沌
爲一名爲桃君形如始生𩙸𩙸衛天衣服五
色華綵鳳文手執神符合帝之䰟腰帶虎書
赤巾丹冠金床玉榻正當命門口吸精氣强
我骨筋右有神女手把朱幡左有玉童書記
帝言陽氣左行混變未分陰氣右迴流形七
旋上詣泥丸常遊九宫出入幽門攝綀䰟魄
六府之間領録萬神與我俱仙
右三五渾合化生五神之法此五神者稟五
氣之大靈符玄命之宗也上生虛无下結一
身身中之生須五神以起居焉兆當夕夕存
思而祝之焉若不能閑謐可白日接文而於
之不必夜半要生氣時耳夫三䰟生於五神
三真出於五靈謂此道爲混合三五之法焉
行之者長生不死名此道日𥧌明堂歷神紫
宫生化三五朝胎上元者也雖已得仙者亦
當行之者長生也存思之時坐卧任意若座
者得向本命爲佳若不能頓思五神者可以

先次存二神後存三神周帀復始先後太一始也

鎮神養生內思飛仙上法

太微天帝君鎮神內思解脫散結固魂凝魄混合化玄脩眞之道開通大府五宮受靈咽氣思眞芝芳自生胃管結絡神澄體淸玉蕤立至白日登晨常當淸齋沐浴燒香入室夷心棄累遺塵豁然无滯注念不眠然後眞形可覩遊神可還每以平旦東向平座瞑目內存形色朗然呼其正諱還鎮本宮叩齒三十〇

〇六通乃存

髮神名蒼華字太元形長二寸一分

腦神名精根字泥丸形長一寸一分

眼神名明上字英玄形長三寸

鼻神名玉壟字靈堅形長二寸五分

十二

耳神名空閑字幽田形長三寸一分

舌神名通命字正倫形長七寸

齒神名崿鋒字羅千形長一寸五分面部七神同衣飛羅裙孟嬰兒之形存之審正羅列一面各鎮其宮畢便叩齒二十四通咽氣十二過祝曰

靈源散氣結氣成神分別前後總統泥丸上下相扶七神敷陳流形遁變飛養華元導引入靈上衝洞門衝軀攝景上昇帝晨畢次思

心神名丹元字守靈形長九寸

肺神名皓華字虛成形長八寸

肝神名龍煙字含明形長七寸

腎神名玄冥字育嬰形長三寸六分

脾神名常在字魂庭形長七寸三分

膽神名龍曜字威明形長三寸六分六府眞〇

〇神同著丹錦飛裙處五藏之內六府之宮形若嬰兒色如華童存之審正羅列一形從朝至暮思念勿忘叩齒二十四過祝曰

五藏六府眞神同歸總御絳宮上下相隨金房赤子對處四扉幽房玄關神堂紐機混化生神眞氣精微保錄丹田與日齊暉得與八景合形昇飛畢次思

精血三眞名无生君字黃寧子玄鎮我兩乳之下源一

骨節二眞名堅玉君字凝羽珠鎮我太倉之

府五腸之口
心中一真名天精浚君字飛生上英鎮我胷
中四極之口
九元之真男名拘制字三陽鎮我左耳伏晨
之户
皇一之魂女名上歸字帝子鎮我右耳伏晨
之户
紫素左元君名黯藹无刀字安來上鎮我頭
面之境
黄素中元君名圓華黄字太張上鎮我胷膈
之境
白素右元君名啓明蕭刀字金門上鎮我下
關之境
日中司命名接生鎮我左手中
月中桃君名方盈鎮我右手中
胎中一元白氣君名務玄子字育尚生
太一精魂名玄歸子字盛昌二神鎮我五藏
之上結喉之本
結中青氣君名素延昌字命和嬰兒
元君精魂名保谷董字明 八二神鎮我五藏

之下大胃之上
御中黒氣君名斌來生字精上門
帝真精魂名幽臺生字讙上生二神鎮我九
腸之口伏源之下
胞中黄氣君名祖明車字神无極
天帝精魂名理維藏字法珠二神鎮我小腹
之内二孔之本
血中赤氣君名混雜子字叔保堅
司命精魂名發紐子字慶玄二神鎮我百關
之血絶御之下
○上玄元父君名高同生字左迴明
下玄元母名叔火王字右迴光
帝皇太一名重冥空字幽寥元
九帝尊名日明真字衆帝生
太帝精魂名陽堂王字八靈君
九關魂名綠迴道字絶冥
天紀帝魂名照無阿字廣神七神鎮我本命
之根塞我死路之門存祝衆真從頭至腳無
不朗然便使金液流市玉華映魂靈粘溢於
窮腸帝氣充於九關七祖披釋於三塗受更

胎於南宮鎮存神於一身布真氣以固年畢叩齒三十九通祝曰氣生於元結生陽神陽氣外貢陰氣內成二象晉錯交結元靈內真鎮衛九孔受生保魂固魄萬神安停保我三關華芝充盈與我同昇俱造玉清畢咽氣三十九過以鎮三十九戶氣澤而潤流布一身若能棄累不拘世塵靜心夷意朗觀虛房眄想內視鎮神固魂絕死氣於九戶鎮生宮於上關迴而存祝如面共言晝夜三年真神見形晧華反根朽齒牙生五藏結絡內補充盈○

○役召六甲驅策六丁室致九霄之賓神降二素之駢神飛形舉白日登晨

右上真之神寶名內字而鎮在人身之內運於九天之氣固人六府機關萬精化生皆由於神神鎮則生神遊則亡勤心積感則能舉人身形上昇玄宮求仙之道不知形神內名又不知填死戶長生豈可冀乎夫修此道不得冒履淹穢食五辛酒肉之屬觸忤正氣神則去矣人知豐脊以甘口爵祿以榮身而不知甘口之食是傷神命之斧斤爵是消真之源故神人受幽寂而棲身不顯形於風塵者也修生之家且可慎乎

三九素語玉精真訣存思法

訣文曰九天丈人三天玉童同時傳太帝君天帝君天帝君傳太微天帝君太帝君以傳南極上元君天帝君以傳西王母太微天帝君以傳金闕聖君金闕聖君以傳上相青童君青童君傳西城王君使付後學應為真人者承真相統氣係皇篇至王君已經七千餘劫王君後封靈文於王屋山西穴玉室之內

○有素靈之官侍香典文其道秘妙不行於世若有玄名得遇此文萬仙來朝天官衛身慇行苦思白日昇晨凡受上清道經三寶妙章步虛昇玄之道而不先釋五藏開理幽關萬氣不固真靈不欣徒勞懃事萬不得仙今撰玉訣上帝妙言以傳後學秘而奉真慎勿輕傳殃滅子身

每至本命之日沐浴入室東向叩齒九通冥目思東方青帝少陽九靈真人諱拘上生身長九寸頭戴九元之冠衣翠青飛裙手執青

精玉板乘青雲飛輿從青桂玉女十二人從
天清陽宫中來下以青雲冠覆我身思九靈
眞人乘雲氣入我身中安鎭肝内使三呼少
陽九靈眞人拘上生齋青芝玉精補養我身
使三味口三咽止仰呪曰
蒼元浩靈少陽先生九氣還肝使我魂寧幽
府結華藏内鮮明練容固髓返白爲青化内
發景登昇紫庭敢有犯試摧以流鈴上帝玉
錄太清記名畢引氣九咽止
○正南向冥目叩齒三通思南方赤帝太陽南
極眞人諱融上生身長三寸頭戴進賢之冠○
衣絳章之衣手執朱玉之板乘赤雲飛輿從
赤桂玉女十二人從天蘭臺宫中來下以丹
雲冠覆我身思太陽南極眞人乘雲氣入我
身中安鎭心内使三呼太陽南極眞人融上
生齋丹芝玉精補養我身使三味口三咽止
仰呪曰
赤庭絳雲上有高眞三氣歸心是我丹元騰
我淨躬遥委以閑心固神静九靈閉關金眞
内映紫煙結雲太微緑字書名神仙飛行上

清朝謁帝庭畢引氣三咽止
正西向冥目叩齒七通思西方白帝少陰素
靈眞人諱尋明子身長七寸頭戴玉寶玄冠
衣素錦之衣手執素玉之板乘白雲飛輿從
素靈玉女十二人從天皇宫來下以素雲冠
覆我身思素靈眞人乘雲氣入我身中安鎭
肺内使三呼少陰素靈眞人尋明子齋白芝
玉精補養我身使三味口三咽止仰呪曰
素元洞虚天眞神廬七氣守肺與神同居保
練玉藏含華玉芝陰誠明石遊御玄虚白玉
○金宇九帝眞書使我飛仙死名落除遊洞三○
清適意所如畢引氣七咽止
正北向冥目叩齒五通思北方黒帝太陰玄
靈眞人諱冥玄默身長五寸頭戴玄冠衣玄
雲之衣手執玄精玉版乘玄雲飛輿從太玄
玉女十二人從天玄陰玉虚宫中下以玄雲
冠覆我身思太陰玄靈眞人乘雲氣入我身
中安鎭腎内使三呼太陰玄靈眞人冥玄默
齋玄芝玉精補養我身使三味口三咽止仰
呪曰

玄元北極太上靈璣五氣衛胃魏玉參差寶
華結絡胃藏朗開神名玉臺年同二儀上皇
大帝峙然不逑役使六甲以致八威參龍駕
浮超然昇飛吐納神芝歷劫不衰畢引氣五
咽止

正向本命之上冥目叩齒十二通思中央黃
帝總元三靈真人諱原華身長一寸二分頭
戴黃晨玉冠衣黃錦飛裙手執黃精玉版乘
黃霞飛輿從中央黃帝玉女十二人從天玉
房宮中下以黃雲冠覆我身思三靈真人乘
黃雲入我身中安鎮脾内使三呼總元三靈
真人原華齋黃精玉芝補養我身使三味口
三咽止仰咒曰

黃元中帝本命之神一氣侍脾使我得真五
藏生華結絡紫晨變景練容保命長延後物
而傾千神來臣老君玄錄名書神仙長生久
視與天同存畢引氣十二咽止

還東向冥目叩齒三十六通思五氣玉清高
皇上寶真人諱太虛身長三寸頭戴玉晨之
冠衣五色无縫單衣左手捧日精右手執月
光鎮我上府泥丸宮中呼上寶真人太虛齋
五氣流精陶灌我身使五味口五咽止仰咒
曰

高上真皇五帝太靈保我泥丸玄映五形三
光朗耀日月洞明飛雲流霞陶注玉精練容
保魄神魂自生千變萬化昇入紫庭畢引氣
五咽止

五方命咒畢摩兩掌拭面目如此五年面發
金容五内華生五藏保氣神仙道成三宮感
暢真靈見形乘空駕虛白日昇天惟在密修
慎勿輕傳

紫書存思元父玄母訣

紫書訣言修行上真之道常以三月九月十
二月三日十五日二十五日一年三月月有
三日三過行之此月是九天元父受化之月
日是遊宴九天上宮値合之時也每至其日
沐浴清齋於隱寂之地不關人事正中時向
東北之上仰天思九天元父姓名身長九寸
九分著玄黃素靈之綬頭戴七稱珠玉之幘
冠无極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉

寶之府丹靈鄉洞元里中時乘碧雲飛輿從十二飛龍二十四仙人白鵠侍輪遊於虛玄之上存思分明令如對顏便九拜於元父三過陰喚元父甲令有言乞與上昇奉侍帝靈轀叩齒九通仰祝曰。

高上帝尊元始大神含真亂氣形秀紫天乘雲駕浮落景八煙廻輪曲降道應我身得乘霄景奉侍靈轅令日八會上願開陳所向所啓莫不如言長享元吉與帝同存畢仰咽九氣止如此元父感悅帝尊欣喜即命領仙注

○子金名九年精思克遂瓊輿下迎子身白日。飛昇上造帝庭此道高妙非下世凡學所可參聞自元金名玄圖錄字上清莫得知見若於機會遇得寶篇皆宿挺合仙但當寶錄審而奉行輕說非真罪延七祖父母長閉地獄萬劫不原身沒鬼官萬不得仙

紫書訣言凡修上真之道當以二月七月十月五日十六日二十九日一年三月月有三日此月是九天玄母合化始生之月日是天元合慶變雌天德之日也至其日沐浴清齋別室寂處不關人事夜半露出中庭西南向仰天思九天玄母姓名身長六寸六分著青寶神光錦繡霜羅九色之綬頭戴紫元玄黃寶冠居九氣元極之上瓊林七映之宮玉寶洞元之府九光鄉上清里中時乘紫雲飛精羽蓋從十二鳳凰三十六玉女白鳳侍輪遊於太清之上元崖之中存思分明朗然對前便九拜於玄母三過陰喚玄母甲藏質含真仰慕上清乞與將接得侍玉靈叩齒九通仰祝曰

○三合五離混化二元氣凝成神神變合魂胎。養九天保固生門陰精玄絳陶灌形源練質染氣受化自然今日何日玄母開陳八願九會上獲天真景燭參微得啓玉晨骨騰肉飛乘虛絡煙上造紫轅長輔帝臣畢仰咽氣九過止如此玄母含暢帝妃悟懽天真下降得見靈顏即命青宮注上玉名九年精思帝遣玉女乘雲下迎上昇玉清侍衛玄宮此道高妙非世所聞若有金名標侍帝簡得見此文皆宿挺合仙克得飛昇遊宴九天也慎勿輕

滅身沒三官七祖被考長閉河源

凡行此道當精心苦念目瞻靈顏仰希玄降以要飛仙不得行穢上干太眞身被禁閉萬不得仙若天陰无日亦可於靜室行事但使心目相應口禱相和神无不感道无不降學无不成道降神附飛行太空也

紫書存思九天眞女法

紫書訣言凡修上眞之道常以九月九日七月七日三月三日此日是九天眞女合慶玉宮遊宴齊庭敷陳納靈之日至其日五香沐浴清齋隱處别室不交人事夜半露出燒香北向仰思九天眞女諱字身長七寸七分著七色雜玄羅桂明光九色紫錦飛裙頭戴玄黃七稱進賢之冠居上上紫瓊宮玉景臺七映府金光鄉无焉里中時乘紫霞飛蓋綠軿丹轝從上宮玉女三十六人手把神芝五色華幡御飛鳳白鸞遊於九玄之上青天之崖思畢心拜眞女四拜叩齒二十四通仰祝曰天眞迴慶遊宴紫天敷陳納靈合運無間上御玉宮下昭兆臣八會開張九願同纏思徹立感上宛神眞流精陶注玉華降身萬慶無量長種福田畢仰引氣二十四咽止如此眞女感悅神妃含憘上列玉帝奉兆玉名記書東華參篇玉清也修之九年面發金容體映玉光神妃交接身對靈眞克乘飛蓋遊宴紫庭此法高妙世所不行若有金名書字紫簡得見秘文骨挺應仙實而密修計日成仙輕泄非眞罰以神兵長役幽泉七祖受累萬劫不原

雲笈七籤卷之四十四

[illegible]

秘要訣法并具旨要

序事第一

道者虛無之至真也術者變化之玄伎也道無形因術以濟人人有靈因修而會道人能學道則變化自然道之要者深簡而易知也術之秘者唯符與氣藥也符者三光之靈文天真之信也氣者陰陽之太和萬物之靈爽也藥者五行之華英天地之精液也妙於一事則無不應矣

性情第二

夫生我者道稟我者神而壽夭去留不由於己何也以性動而為情情反於道故為化機所遷不能自持也將超跡存亡之域棲心自得之鄉者道可以為師神可以為友何謂其然乎夫道與神無為而氣自化無慮而物自成入於品彙之中出於生死之表故君子黜嗜慾隳聰明視無色聽無聲恬惔純粹體和神清希夷忘身乃合至真所謂返我之宗復與道同與道同者造化不能移鬼神不能知而況於人乎蓋傳受之者多不能叩師旨曉玄奧濫參經法不會修行之由不知避忌動靜進退取捨之端致於俯仰觸於正真雖然立功功不足以補過學仙之士須探幽賾玄制遏情性性常靜之情無撓之情性平和方可以學道矣

明正一籙第三

籙者戒錄情性止塞愆非制斷惡根發生道業從凡入聖自始及終先從戒籙然後登真

夫事悉兩存則理無不通籙者亦云籙三天妙氣十方神仙靈官名號與奉道之人修行經云生無道位死為下鬼若高人俗士有希道之心未能捨榮祿初門不可頓受可受三五階若修奉有功然更遷受上古真人尋按經籙唯受一二階修行便登上真多受不會至理師又不明修行之由於身未能有益道在用心真而又正修行契合於道其應如神也正一籙流傳總二十四階今畧云一二階以明正一之由正一三五百五十將軍籙有

兩階每一階分爲七十五將軍上階云上仙下階云上靈是人身中二儀正神也正一三五混沌元命眞人籙正一法中王也正則不邪一則不二制伏邪僞悉歸正道混沌者我初生亦如天地混沌之初也元命者有身之元命也知道修其元命可爲眞人也此元命之理稍長事難具載臨壇受度師合明示弟子令識元命之由矣萬法悉有內外及兩存外以天中指事者正一盟威慶平星漢斗宮之中若內以指事者以身中三丹田爲三氣○正神變化有千二百形影萬二千精光經云○得三氣之所生能知六數之所因即陽氣化爲龍車陰氣化爲玉女騰轉無方輪舞空玄之上又氣之所在隨神所生爲神在則氣盛神去則氣遷氣者則二十四神之正氣氣亦成神神亦成氣散之爲雲霧合之爲形影出爲亂入爲眞上結三元下生萬物靜用爲我身動用爲我神故知道成動用悉在我身修鍊之人陰氣日消陽氣日隆旣無陰氣自然上昇吳天師曰九天之上無陰也九地之下無陽也

避忌第四

正一籙云弟子遇大風雨時皆不可朝眞燕請當默坐燒香爲眞靈不降候晴爲之受道之家或遭疾病唯思愆悔過不得怨咎神明可晨夕虔心焚香禮念陳列章表乞贖過尤無不應也道士行法爲人治病所受信物分於寒栖之人次充功德之用若私用非道則治病不驗罪考難解殃流子孫凡人詣師受道入靖啓事弟子皆應三叩頭搏頰再拜受訖○三日謝恩若師在遠處入靖室面向師所○在方至心再拜焚修香火不得用竈中灰火天師門下科令云竈灰火爲伏龍屎故宜忌耳經大喪一年殗春喪四十日殗限內不得入靖朝眞限滿沐浴然可朝眞犯者考病十日凡人入靖朝禮啓事言詞章表欲得質而不繁約而不華上眞聖聰不在繁詞凡欲入靖朝眞具衣褐執簡當心定神存思然後閉氣入靖經云閉口入靖百神畏憚功曹使者龍虎君各可見與語謂能精心久久行之

登眞戒忌云未見無功受賞而保安有罪不罰而永全兆心自然之感猶影響之相應又曰夫學道者第一欲得廣行陰德慈向萬物救人危難度人苦厄輕財重道施恩布德最爲上善遵戒避忌第一戒貪第二戒殺第三戒慾守此實學者之堅梯登眞之樞要苟不依承是求没溺之漸矣又云婬爲十敗之首可不愼乎

殗穢忌第五

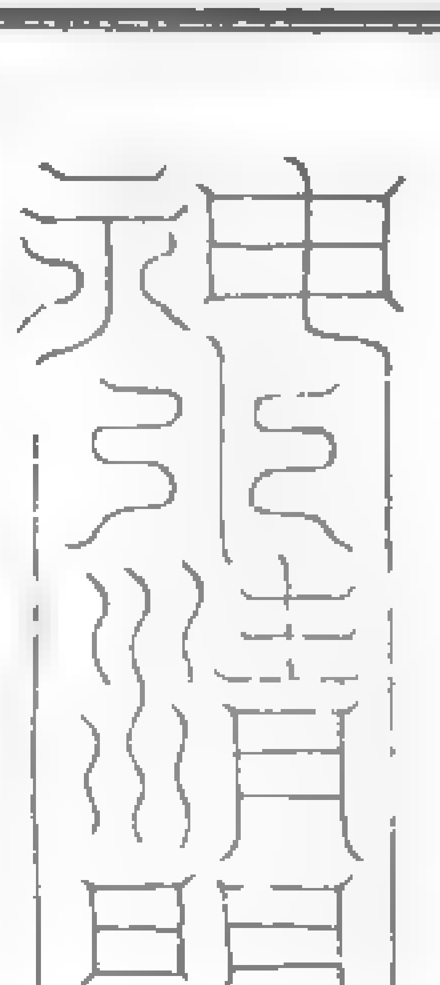
科曰忌臨屍產婦喪家齋醮食揥沐飯食便○曲不欲向北及不得見三光婦人月經不得○造齋食近道場不得見諸畜產喪車靈堂等

解穢湯方第六出眞誥

竹葉十兩　桃白皮四兩

右以水二斗煎取一兩沸適寒溫先飲一盞次澡浴兼以水摩髮穢自散也

眞誥曰旣除殗穢又辟濕痒瘡且竹清素而內虛桃即折邪而辟穢故用此二物以消形中之滓濁見屍及喪車速存火從己心中出往燒之令火赫然與屍柩等並爲灰燼便想烈風吹之又閉目內視令火自焚舉體潔白見穢氣自滅忽於街衢道中見諸穢尤要此法也



凡書符叩齒三通三度稱合明天帝日閉口○閉氣書之置水椀中以刀子左攪水三帀想○北斗七星在水中呪曰

北斗七星之精降臨此水中百殗之鬼速去萬里如不去者斬死付西方白童子急急如律令呪訖即含水噴灑穢氣都散當噴之時存丑一眞官朱衣頭戴蘇中九鳳之冠口中含水噴灑穢亦自解

沐浴洗面常用此呪三呵水即呪曰

四大開明天地爲常玄水澡穢辟除不祥雙童守門七靈安房雲津鍊濯萬氣混康內外利貞保滋黃裳急急如律令

旦夕燒香第七

每日卯酉二時燒香三捻香三叩齒若不執簡即拱手微退冥目視香煙微祝曰

玉華散景九炁含煙香雲密羅上衝九天侍香金童傳言玉女上聞帝前令某長生世爲神仙所向所啓咸乞如言畢叩齒心禮四拜亦云真禮四拜

旦夕衛靈神呪第八

每朝及臨卧之際焚香向王長跪叩齒三十二通誦衛靈神呪一遍其呪在别卷 ○

○ 朝真儀第九

每月一日

十五日

三元日 正月十五日七月十五日十月十五日

庚申日

甲子日

本命日

三會日 正月七日七月七日十月五日

八節日 立春春分立夏夏至立秋秋分立冬冬至

右此日並須朝禮若其日遇值戊辰戊戌戊寅即不須朝真道家忌此日辰凡入靖朝禮預先一日不食五辛酥乳酪能常斷尤佳若未能常斷但修行日慎勿食之可以桃竹湯沐浴至其日五更以潔淨衣服執簡香爐至靖户叩齒三通微祝曰

四明功曹通真使者傳言玉女侍靖玉女爲我通達道室正神上元生炁入臣身中令臣朝真願爲通達脣使上聞訖便開門先進右足次進左足至香案前置爐案上執簡臨目叩齒三通存思玉女童在香案左右即上香 ○

○訖起執簡當心平立微僂身發爐呪曰

太上玄元五靈老君當召功曹使者左右龍虎使者捧香使者三氣正神急上關啓三天玄元無上道君臣今正爾入靖燒香朝真願得九天正真生氣降入臣身中令臣所啓速達逕御

太清紫微君玄元大道君凡前畢再拜長跪

存思太上道君著九色雲霞之帔戴九德之冠左玄真人在左右玄真人在右龍虎君玉童玉女並在左右天師在西位四面功曹使

者青雲之氣滿堂所存並坐紫雲座座如雲
之昇舉退身再拜又長跪叩齒二十四通啓
曰
正一盟威弟子某稽首歸身歸神歸命
太清玄元無上三天無極大道太上老君太
上丈人天帝君天帝丈人九老仙都君九氣
丈人百千萬重道氣千二百官君太清玉陛
下臣某幸賴宿慶得奉道真爲不自揆輙希
長生誓將克己立功改過修德伏乞原赦臣
積生已來至于今日所犯元惡重罪咸賜蕩
除許臣自新補復前愆令九祖父母幽魂昔○
爽皆拔九幽上昇天衢令臣修道克合至誠
請削臣死籍注上玄籙閬門之內共保元吉
生成之恩實在於此臣某叩頭謹啓再拜又
長跪曰臣某蒙師資受道荷佩法籙雖未明
真理志願神仙長生度世自頃已來轗軻病
疾注連沈滯即日上請虛素天精君一人赤
衣兵士十萬人在天柱宮以制鬼滅禍遏却
六天之氣令臣某百病除愈仰荷大道生育
之恩某稽首再拜叩頭又長跪曰臣某自頃

已來轗軻不寧夢想不真魂魄不守上請收
神上明君一人官將一百二十人主爲臣某
治之令臣心安神定與道合同再拜又長跪
曰臣某身常有疾病四大昏沉有疾言之慮
恐一旦沉沒泉壤上請天官陽秩君一人官
將百二十人左右吏兵一百二十人爲某治
之關生門益壽命當請南上君一人官將一
百二十人在倉廩宮爲臣某延年長生不死
仰荷大道生成之恩臣某誠惶誠恐稽首再
拜又長跪曰臣某自居止此已來夢想不安
及有凶強故氣之鬼不忌太上道法每來逼
近身中若不早請天官將吏削除日月深遠
恐爲災禍臣今謹上請呂仙君一人官將一
百二十人乞制滅凶危故氣之鬼使真氣降
流室宇清淨妖邪斥却耳目聰明仰荷大道
罔極之恩臣某誠惶誠恐稽首再拜使於被
衣地上伏地以顙叩頭搏頰訖起立復爐呪
曰
香官使者左右龍虎君捧香使者三氣正神
當令朝真之所自然生金液丹碧芝英百靈

衆真交會在此香火案前令臣修道克合至
真閤門受福天下家恩仙童玉女侍衛香煙
傳臣所奏徑至帝前再拜便出勿迴顧入靖
預約家人勿令囂喧畢須寂然
已上五等朝儀及魏夫人傳嵩嶽吳天師
亦常用此儀也

入靖法第十

真誥云上清真人馮延壽訣曰凡人入靖燒
香皆當對席心拜叩齒陰祝隨意所陳唯使
精專必獲靈感正心平氣故使人陳啓通達
上聞也燒香時勿反顧顧則忤真致邪外應
又清虛真人曰每入靖當以水漱口洗穢氣
出靖漱口以閉三宮故氣出靖戶之時亦不
得反顧顧則忤真克致不誠入靖戶不得與
外人言語及不得脚蹋門限勅禁至重

燒香法第十一

太上教曰夫燒香不得以口嗌香靈禁至重
登真隱訣曰夫朝奏之時先烈火豐香使一
舉便到了不宜綿綿翳翳

存思訣第十二

天師燒香儀曰入靖燒香常存左青龍右白
虎前朱雀後玄武陸先生思神訣曰常存鑪
左金童右玉女侍香煙也李氏儀曰存香火
中有五色煙也玄都入諂律曰呈章朝真存
五方氣及功曹使者吏兵左右分位森然如
相臨對侍左右前後天師畢教篇曰入靖燒
香皆目想髣髴若見形儀不可以空靜寥然
無音響趨拜而退也

叩齒訣第十三

九真高上寶書神明經曰叩齒之法左相叩
名曰打天鐘右相叩名曰搥天磬中央上下
相叩名曰鳴天鼓若卒遇凶惡不祥當打天
鐘三十六遍若經凶惡辟邪威神大呪當搥
天磬三十六遍若存思念道致真招靈當鳴
天鼓當以正中四齒相叩閉口緩頰使聲虛
而深響也

臨目訣第十四

臨目目欲閉而不閉欲開而不開令幽顯相
關存注審諦令人入靖及呈章可依此法

稽首訣第十五

登真隱訣曰稽首者先一拜額至地乃再拜按先一拜而世相承不見至於再拜猶不肯全何況能先別一拜以行稽首令或因坐仍額至地稽首首至地如因坐地非稽首也

再拜訣第十六

夫再拜者兩拜是也別起更坐勿因拜便坐也拜坐止一拜全非再拜也

誠惶誠恐訣第十七

夫誠惶誠恐者即提簡低身戢地兩過捧簡長跪當心少時復下戢地又兩過止若言頓首者便以頭頓也陶隱居曰道雖心存亦須形恭口宣詞列進退足蹈並使應機赴會動靜得宜內以沖神外以協禮

已上出登真隱訣

明二人同奉第十八

太玄都云高人俗士居家或有妻室志有希道之心心遊道德之鄉者宜夫妻同修若不同修皆相賊害以一人不知故見一人修行心有相阻遂成相賊可同奉朝修入靖之日男官立左女官立右一人啓奏二人虔心同時再拜女人至朝真日身有穢亦宜止之但有同奉心即可合於玄感耳

本命日第十九

夫本命日可轉度人經一兩遍即魂神澄正萬氣長存不經苦惱身有光明三界侍衛五帝司迎功滿德就名書上清本命日早朝焚香向本命位叩齒三通心存再拜而微祝曰太一鎮生三氣合真室胎上景母玄父元生我五藏攝我精神下灌玉液上朝泥丸夕練七魄朝和三魂右命玉華左嘯金晨令我神仙役靈使神常保利貞飛行十天畢叩齒三通咽液三過心禮四拜此名太上祝生隱朝胎元之道常能行之令人魂魄保守長生神仙此法不用入靖室可坐所但少靜無人即爲之出真誥第三

入室對席第二十

凡人入室焚香皆當對席心禮叩齒陰祝適意所陳唯使專精必獲靈感

制三尸日第二十一

凡甲寅庚申之日是三尸鬼競亂精神之日

也不可與夫妻同室寢食可慎之甲寅日可割指甲甲午日可割脚甲此日三尸遊𤋎故以割除以制尸魄也

常存識己形第二十二

凡人常存識己之形極使髣髴對我前存我面上常有日月洞照一形使日在左月在右去面九寸日紫色光芒赤光九芒也月黃色光芒白光十芒也存了叩齒三通微祝曰

元胎上真雙景二玄右抱七魄左拘三魂令我神明與形常存畢叩齒三通咽液七過名為帝君錄形拘魂制魄之道黃庭經云攝魂還魄永無傾也

真誥曰夫得道者常恨不早開道失道者常恨不早精勤何謂精耶身爲其事何謂勤耶恭繕其業既加之以檢慎守之以取感者則去真近矣爾其營之勿怠也

真誥曰性躁暴者一身之賊病心閑逸者求道之堦梯也遂之者真去攺之者道來每事觸類當柔遲而盡精潔之理如此幾乎道近也

紫陽真人言沐浴不數魄之性也違魄反是錬真滅識尸魄自去也

寢卧時祝第二十三

凡人卧牀常令高則地氣不及鬼吹不干鬼氣侵人常因地氣而逆上耳人卧室宇當令潔盛潔盛則受靈氣不盛則受故氣故氣之亂人室宇者所爲不成所依不立一身亦爾當數沐浴潔淨

真誥云世人有知酆都六天宮名者則百鬼不敢害欲卧時常先向北祝之三遍微其音也祝曰

吾是太上弟子下統六天六天之宮是吾所部不但所部乃太上之所主吾知六天門名是故長生敢有犯者太上斬汝形

第一宮名紂絶陰天宮以次東行

第二宮名泰殺諒事宗天宮

第三宮名明辰耐犯武城天宮

第四宮名恬照罪炁天宮

第五宮名宗靈七非天宮

第六宮名敢司連宛屢天宮

畢叩齒六下仍卧辟諸鬼邪之氣如此凡三
過也此法亦出酆都記
北帝祝法北帝神祝之法若非制鬼神常持
者可𢼸𢼸而誦自然除𤢪惡滅三尸消故氣
鬼魅邪精永不敢近久久持之北帝每差天
丁侍衛若制伏用事乃可高聲誦持法面北
叩齒三十六通存五神誦持四言一叩齒祝
曰
天蓬天蓬九元殺童五丁都司高刁北公七
政八靈太上浩凶長顱巨獸手把帝鍾素梟
二神嚴駕夔龍威劍神王斬邪滅蹤紫氣乘
天丹霞赫衝吞魔食鬼横身飲風蒼舌綠齒
四目老翁天丁力士威南禦兇天騶激戾威
北衘鋒三十萬兵衛我九重辟尸千里去却
不祥敢有小鬼欲來見狀钁天大斧斬鬼五
形炎帝烈血北斗然骨四明破骸天猷滅類
神刀一下萬鬼自潰急急如
太上帝君律令畢皆四言一叩齒以爲節也
若冥夜白日得祝爲常祝也鬼有三被此祝
者眼睛盲爛而身滅矣此上神祝皆斬鬼之
司名北帝秘其道若世人得此法常能行之
乃不死之道也男女大小皆得行之此所謂
北帝神呪殺鬼之法鬼常畏聞困病行之立
愈叩齒當臨目存見五藏五藏具五神自然
在身酆都中秘此呪法令啓耳不可泄非其
人也此呪出上清部登眞隱訣眞誥中並有
正一部中及法事要訣皆有其文道教靈驗
記亦録上古及近世修持有効者甚多略而
言之

服日月光芒第二十四

服日月光芒大方諸宫青童君常治處其上
人皆天仙高眞太極公卿司命在所也有服
日月光芒法雖以得道爲眞猶故服之凡存
心中有日象大如錢在心中赤色有光芒從
心中上出喉至齒間即不出却廻還胃中如
此良久臨目存見心中胃中分明乃吐氣訖
嚥液三十九過止一日三爲之日出時食時
日中時行之一年除疾五年身有光彩十八
年得道日中行無影辟百耶千災之氣常存
日在心月在泥丸中晝服日夜服月服月法

存月十芒白色從腦中下入喉芒亦至齒而嚥入胃一云常存月一日至十五日已前服十五日已後不服月減光芒損天炁故言止也又此方諸真人法出大智慧經中篇常能用之保見太平南極夫人所告行此日在心月在泥丸之道謂省易得旨須勤行無令癈絕也除身中三尸百疾千惡乃鍊魂制魄之道也日月常照形即鬼無藏形青童君云故常行之吾即其人也今告子子既可密示有心者耳行此道亦不妨行寶書所以服日月法兼行有益也仙人一日一夕行千事不覺勞倦勤道之至生不可失上真誥第二

右出西城王君告

孟先生訣第二十五

山世遠受孟先生法暮卧先讀黃庭內景經一過乃眠使人魂魄自然制鍊常行此法二十八年亦仙矣是合萬過夕得三四過乃佳北嶽蔣夫人云讀此經年限未滿亦且使人無病是不死之道也

已上出真誥第三

惡夢吉夢祝第二十六

太素真人教始學者辟惡夢法若數遇惡夢者一曰魄妖二曰心試三曰尸賊此乃厭消之方也若夢覺以左手捻人中二七過叩齒二七通微祝曰

大洞真玄長練三魂第一魂速守七魄第二魂速守泥丸第三魂受心節度速啓太素三元君向遇不祥之夢是七魄遊尸來協邪源急召桃康護命上告帝君五老九真各守體門黃闕神師紫戶將軍把鉞握鈴消滅惡精返凶成吉生死無緣畢若又卧必獲吉應而造為惡夢之氣則受閉於三關之下也三年之後唯神感應乃有夢者皆有將來之明審也無復惡夢不祥之想若夜有善夢吉應如夢而心中自以為佳則吉感也卧覺當摩目二七過而祝曰

太上高精三帝丹靈綘宮明徹吉感告情三元柔魄天皇受經所向諧合飛仙上清常與玉真俱會紫庭

已上出太丹隱書

山源者是鼻下人中之左側在鼻下宍谷中也暮常嗽液三九過急以左手第二第三指按三九下常爲之令人致靈徹視杜遏萬邪之道也旦亦宜爲之按了密呪曰

開通天庭使我長生徹視萬里䰟魄返嬰滅鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補眞人列象玄名

明耳目訣第二十七

眞誥曰求道要先令目明耳聰爲事主也且耳目是尋眞之梯級綜靈之門户得失繫之而立存亡須之而辯也今抄經相示可施用之道日常以手按兩眉後小穴中三九過又以手心及指摩兩目顴上以手旋耳行三十過唯令數無時節也畢輙以手逆乘額三九過從眉中始乃以入髪際中仍須嗽液多少無數如此常行耳目清明二年可夜書眉後小穴爲上元六合之府化生眼暉和瑩精光長映徹瞳保鍊目神是眞人坐起之上道也

青牛道士存日月訣第二十八

青牛道士口訣暮卧存日在額上月在臍下上辟千鬼萬邪致玉童玉女來降萬禍伏走甚秘驗此即封君達也沈義曰服神藥勿向北方大忌亥子日不得唾損精失氣減折年命也

欒巴口訣第二十九

欒巴口訣行經山野及諸靈廟惡神之門存口中有眞人字赤靈丈人侍以玉女二人一女名華正一女名攝精丈人著赤羅袍玉女二人上下黄衣所存畢乃叱咤曰

廟中鬼神速來使百邪詣赤靈丈人受斬死眾邪却走千里此是三天前驅使者赤靈丈人捕鬼之法也

服食忌第三十

女仙程偉妻曰服食靈藥勿食血物使三尸不得去乾肉可耳鳳綱訣曰道士有疾内視心使生火以燒身及疾處存之要精如彷彿疾即愈凡痛處加其火必驗也

雲笈七籤卷之四十五

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房奉勅撰進

秘要訣法修真旨要

黄素内法第一

凡精誠密向躭味玄眞清齋苦志感慕神仙忽自遇此三品之經而不師受者其人皆玄會宿感列籍帝鄉眞人密授應得此經其人異挺以標世功依太上黄素四十四方聽得隱盟玄誓神科也當以甲子之日清齋入室夜半生氣之時暝坐任意臨目髣髴叩齒二十四通心拜四方畢而微祝曰

太上九靈三素元精仙都大神四極三清昔奉法化遇會上經玄師冥逮靡覽眞形乞山隱盟誓以神明玉童侍衛玉華扶生八願九合妙慧通靈願神願仙飛行上清祝畢又叩齒二十四通嚥液十過心拜經前因此而寢亦可起坐誦經必有吉感常能行之三年之中得爲經師成其眞人大夫之任矣此是黄素内法不須復經營師及歃血之盟也眞人雖已受經亦常行之

八朝三元内禮隱法第二

凡爲道士受三眞品經雖一洞玄隱玄羽章者當勤慕上契感會神明精心齋淨尊道固生孜孜不替味景玄清若此人者必獲上仙依太上黄素四十四方得行八朝三元内禮隱法當以甲寅丙寅戊申庚申丁巳己巳癸亥乙亥之日平旦入室燒香左右臨目髣髴叩齒二十四通心拜四方微祝曰

太上太靈三素元精謹以吉日内朝眞經神童玉女散香虛庭使我神仙天地相傾祝畢疾閉兩目使内外冥合不相闘見又叩齒三七通嚥液三過閉目都畢也此名爲八朝三元内禮隱法常能行之令人通靈微視精應三元眞會妙感陟降太玄侍經玉女奏子求生神仙不死天地相傾諸未受經者行之三年得爲經師靈瑞吉祥

内除罪籍第三

凡修受大洞眞經雖一奇文者皆當別寢一室不交人物常置經於机格潔淨之處旦夕燒香禮拜陳願人間内除罪籍常以月三日

七日二十一日侍經玉女乃奏人罪過於三元與太一帝君共詳子之云爲是其日也當入室燒香叩齒三七通瞑目微祝曰

太上神方大洞眞經昔以有幸遭遇神明啓蔭七圖受會三清若有陰罪帝君散靈二象開明上帝合形令我飛仙神眞長生祝畢又叩齒二七通心拜四方開目都畢常當行之者則二元審感帝君赦過諸有奏子之罪者皆不見用也

三元隱謝解穢內法第四

凡道士存思上法及修學太一之事皆禁見死尸血穢之物若兆見之者得聽三元隱謝解穢內法當以朱砂一銖散內水中因以洗目漱口并洗手足畢入室正寢交手心上叩齒二七通心拜四方乃微祝曰

三元上道太一護形司命公子五神黃寧血尸散滅凶穢沈零七液灌注五藏華生令我神仙長亨利貞祝畢因疾閉兩目并氣自持使內外冥合不相聞見良久覺身中小熱爲候竟又叩齒七下嚥液三過都畢誦此三元隱謝解穢之內法也

大帝開經法第五

凡道士修受上法欲有所看省誦讀經文發讀之時皆當燒香左右心拜經前叩齒三通乃微祝曰

玉帝上法上聞三清吉日齋戒敢開神經萬試隱伏所向皆成玉童侍衛玉華散馨上告三元與我長生祝畢開經然後乃得誦讀之此名爲大帝開經之法令玉女玉童侍守燒香啓降神靈上聞九天

祝太一帝君法第六

凡道士受學洞經修行太一之事不得宣泄太一帝君之名字以語於不同志之人泄則犯太玄陰考兆三犯之者則五神廢宅不得復爲仙矣過三以往死爲下鬼已無仙冀

凡道士受經以後常晨夕存祝太一帝君之名字先叩齒三通微祝曰

淩梵履昌七靈丈人太一務猷五神黃寧上昇九天與帝共并乞願飛仙七祖胎嬰解愆釋罪上登玉清畢又啄齒七通嚥液三過此

為存神釋罪請帝求仙也行之七年則神明感會帝君喜歡玄毋注生五神常存七祖罪釋受胎南仙長生不死白日昇晨

慎忌法第七

凡修太一之事及行上法存神之道慎不可見尸及血穢之物見一死尸則一年不得行事又却領一年之功然此帝一之科常却罰於既往又進塞於將來若一年三見尸者則罰功斷事各三年也若遇見二十四尸者皆不得復修太一求仙也

帝君捕神祝第八

凡道士獨宿山林而多為山精惡鬼所犯試者當叩齒二七通閉氣呪曰

吾昨被帝君召攝領真元令我封掌此五嶽推割鄧山山精萬靈受事俱會帝前七神所引三元司真若有小妖即時梟殘山精澤尉速來奉迎神師口命上聞三清一如大洞之法不得稽停呪畢又叩齒三七通此為帝君捕神祝伐山精百鬼法諸山神地祇房祠正氣之神聞此之呪皆來執轍奉迎神兵侍衛若與萬人同宿矣

遏邪大祝第九

大洞真經高上內章遏邪大祝上法曰每當經危險之路鬼廟之間意有疑難之處心有微忌者乃當返舌內向嚥液三過畢以左手第二第三指捻兩鼻孔下人中之本鼻中鬲孔之內際也三十六過即手急按勿舉指計數也鼻中鬲之際名曰山源一名鬼井一名神池一名邪根一名魂臺也捻畢因叩齒七通畢又進手心以掩鼻於是臨目乃呪曰

朱鳥凌天神威內張山源四鎮鬼井逃亡神池吐氣邪根伏藏魂臺四明瓊房玲瓏玉真巍峩坐鎮明堂手揮紫霞頭建晨光執詠洞經三十九章中有辟邪龍虎截嶽斬岡猛狩奔牛銜刀吞槍揭山攫天神雀毒龍六頭吐火啖鬼之王電猪雷父掣星流橫梟嗑駁灼逆風橫行天禽羅陣皆在我傍吐火萬丈以除不祥群精啓道封落山鄉千神百靈併首叩頟澤尉捧爐為我燒香所在所經萬神奉迎畢又叩齒三通乃開目徐去左手按山源

則鬼井閉門手薄神他則邪根散發手臨魂臺則真神守關於是感激靈根天獸來衛千精震伏莫干我真此自然之理忽爾而然也鼻下山源是我一身之靈津真邪之通府背真者所以生邪氣為真者所以遏萬邪在我運攝之爾故吉凶兆焉

三天正法祝魔神第十

凡道士隱跡山林精思感靈或讀洞經發響之時多為北帝大魔來試敗兆每至昏夜當叩齒三十六通畢乃呪曰

北帝大魔王受事帝君前來曲之鬼四明鄷山千袄倔形九首同身神虎放毒誅滅雷霆神公吐呪所戮無親太微有命攝錄山川鳴鈴交擲流煥九天風火征伐神鋒十陳究試伏滅萬精梟殘袄毒敢起受閉三關請依洞法莫不如言〔觸六〕呪畢又叩齒三十六通此名為三天正法呪魔神方常能行之則神兵侍衛山川攝措千妖受閉萬試不干

思三台厭惡法第十一

上台虛精　中台六淳（又作六淳）　下台曲生

右三台內諱知者衆惡悉除諸善備至

凡於靜房端坐思三台覆頭次思兩腎氣從背中出與三台相連久久思畢二七咽齒二鼻微微內氣閉口滿便嚥之嚥畢乃呪曰節節榮榮願乞長生太玄三台常覆我形出入行來萬神攝管步之五年仙骨自成步之七年令藥皆精步之十年上昇天庭急急如律令

步台日

正月三日　二月二日　五月五日

九月九日　十月二十六日（法在本經）

帝一燒香祝第十二

凡修行洞法及太一帝一之事者常至黃昏時入室燒香心拜經前因叩齒二七通乃微呪曰

太一帝尊帝一玄經〔觸六〕五雲散景鬱微三清玉童玉女燒香侍靈上願開陳與我合形使我神仙長享利貞呪畢又叩齒二七通此名為帝一燒香開陳上願與靈合形之道也常能爾者則玉華侍衛神靈輔真鬱散香雲上徹

九天將來三年則玉童玉女都見於子矣

魂胎受馨祝第十三

凡道士入室齋戒之時臨食當以左手持箸琢拊三過乃微呪曰

二玄上道四極清泠太一帝君百神黃寧受糧三宮灌溉脾靈上饗太和餐味玉馨魂胎之命七液流停百關通和五藏華明雙星合景飛行上清食畢又啄齒三通此名爲魂胎受馨百神饗糧之道常能行之令人神明氣

○和魂魄安寧辟惡除試常保利津

理髮祝第十四　○

凡道士理髮及沐頭將散髮之時先啄齒七通乃微呪曰

太帝散華玄歸大神今日吉日理髮沐歷砕惡除病長生神仙呪畢乃髻髮竟叩齒一通都畢此名爲太帝散華理髮內法令人終年不病耳目聰明頭腦不痛理髮常向本命既櫛髮之始而陰呪曰

太帝散靈五老返神泥丸玄華保精長存左拘隱月右引日根六合清鍊百神受恩畢行之使人頭腦不痛太極綠華經曰理髮欲向土地既櫛之始而微呪曰

泥丸玄華保精長存左爲隱月右爲日根六合清鍊百神受恩畢嚥液三過能行之使髮不落而日生當數易櫛櫛之取多而不使痛亦可令侍者櫛取多也於是血脉不滯髮根常堅

大帝隱祝第十五

凡道士入室燒香有所修願皆先啄齒三通乃微呪曰　○

○玉華散景九炁含煙香雲密羅徑衝九天侍香玉女上聞帝前令我長生世爲神仙所向所願其不如言祝畢心拜精念亦適意所陳矣此名大帝隱祝散香九天降靈寢室願會神仙也

厭惡夢呪第十六

若人夢寤不具魄協百氣以枝其心欲伺我神之間伏也每遇惡夢但北向啓

太上大道君具言其狀不過四五則自消絕也青童君口訣曰夜遇惡夢非好覺當即返

枕而呪曰

太靈玉女侍真衛魂六宮金童來守生門化惡返善上書三元使我長生乘景駕雲華嚥液七過叩齒七通而更卧如此四五亦自都絶也此呪亦返惡夢而更吉祥也

揮神內呪第十七

凡道士行來獨宿山林廟座之間或有魔精惡鬼之地當先啄齒三十六通閉氣微呪曰

太帝陽元四羅幽關千妖萬毒敢當吾前巨獸重吻制腹屠肝神公使者守衛營審黃衣帥兵斬伐妖魂誡滅千魔摧落凶姦絶種滅類取令宗殘玉帝上命請蕩三元呪畢又叩齒三十六通此名爲太帝揮神內呪寔滅萬魔之法常能誦之則神兵見衛萬鬼受事千妖死伏

太帝寢神誡鬼除凶呪第十八

凡道士臨眠解衣之時先啄齒三通立而呪曰

受命太帝上昇九宮百神安位列侍神公魂魄和鍊五藏華豐百醴玄注七液虛充大鈴交煥滅鬼除凶上願神仙常生無窮呪畢又叩齒三通脫衣而卧此名爲大帝寢神誡鬼除凶之法令人精明不病魂魄常存數有吉感

又滅鬼除惡呪第十九

本命之日及有心震之地閉關精思叩齒三通安氣呼吸正身北向而心存微祝曰

羅勒那朝方奈鬫鍊班日勃隊憚漢巨蛇赫嫁白鼠丹利大魔真馥廣獻虛靈崎霄總攬吉凶發銅暢幽僻眄衆品領括繁條百方千塗莫不寤寥天地齊度執云能彫

祿織除兇七房祝法第二十

凡道士沐身及洗手之時先臨水啄齒三通乃微祝曰

四大開朗天地爲常玄水祿織辟除不祥雙皇守門七靈安房雲津鍊灌萬氣混康內外利貞保茲黃裳呪畢又叩齒三通乃洗沐手面此名爲祿織除凶七房呪法常能行之者使人神明血淨解諸凶殃

除六天隱呪第二十一

凡道士夜行之時及有所畏恐處之地叩齒二七通乃呪曰

吾是小有真王三天師君昔受太上神方殺邪之文夜行遊尸七惡妖魏九鬼共賊千魔成群赫栢圖兵巨獸羅千揮劍萬妖當我者殘龍烽七燭逐邪無閒玉帝神呪揮劍東西滅凶除邪萬鬼即懸三天正法皆如我言呪畢又叩齒二七通此名爲三天正法除六天之隱呪也鬼有被此呪者皆自盲脚殘自然死滅矣凡行來有恐之處但按如此不必須○夜行事也常能誦之則萬魔伏試千妖滅形○

太帝制魂伐尸神呪第二十二

凡道士規誡三尸之法常以月晦朔之日及甲寅庚寅庚申之日兆身中七魄遊尸諸血尸之鬼上天白人罪過自還中傷於身或遊走他鄉召呼外鬼協進爲妖賊是以惡夢交於寢魂病旹纏於神室人所以惡夢疾病者皆七魄遊尸之所爲也至其日常當沐浴淨服燒香入室精思懃懇不營他事以夜半生炁時或黃昏時正寢東首接手心上先叩齒三七通乃微呪曰

七靈八神八願四陳上告靈命中皇雙真錄魂鍊魄塞滅邪精血鬼遊尸纖滯長泯利我生關閉我死門若有真命聽對帝前使我長生劫齡常存太帝之法敕告三元畢又叩齒三七通嚥液十過都畢此名爲太帝制魂伐尸神呪之法也血尸七惡被此呪者皆得滅於死尸之下魂明魄柔受化於三宫之中辟惡除病令人神明不死常能誦之則終身不被殃昧凡存念上道呪除三尸之時常當採○取白芷草根及青木香合以東流水煑取其○汁以沐浴於身辟諸血尸惡氣亦常可和香燒之以致神明若無青木香香亦可單用白芷凡庚申甲寅之日是血鬼遊尸直合之日也天炁交合七魄競亂謡穢混真邪津流換明法動精七神飈散每至其日當清齋別處不雜他席慎不可與夫妻相見又同牀而寢又不可爭競財色所行非道之方也每當燒香感炁修行之時消呪之法亦可誦經混神若思洞房帝一之事唯使精真以爲意也

太帝辟夢神呪第二十三

凡道士忽得不祥之夢或夢與人鬭爭或相收録者此亦七魄遊尸所爲也或遵將外鬼來入本宅或三魂散弱五神戰勃或被束縛不得來還故使惡夢非祥將有禍敗之漸也卧覺之時即正寢上向接手心上叩齒三七通畢微呪曰

九天上帝四門八靈七房二玄三素元精太一桃康上詣三清速告帝君攝命黄寧速召七魄校實神庭若有不祥七尸鬼兵從呼嬰○

眞流燭錬形太微大神斬伐邪精三魂和柔血尸沈零神歸絶宅觸向利貞使我神仙長保劫齡呪畢又嘐齒二七通嚥液十過此名爲太帝神呪辟夢除凶之法能行之者則三魂和錬七魄受制神明氣正尸穢散滅而向所呪之鬼即已受考於地獄矣經三呪之後自非靈感吉應不復夢於非常也

三元八節朝隱祝第二十四

凡道士禮願神明精思上法行諸隱呪之時皆當燒香心拜密呪而已勿使得耳聞之也若欲呪伐六天滅諸凶鬼者乃可小發聲耳亦不得絶大高響使傍人聞解之也若讀誦之時乃任意耳凡八節之日皆三天仙靈朝宴禮會之日也兆修行禮願朝禮之時皆當齋用此日至於朔望朝禮非上法也凡是其日欲行禮願陳祝之時當先叩齒七通心拜四方乃微祝曰

上備玉帝三素元君太上高靈仙都大神今日吉日八願開陳上願飛霄長生神仙中願天地合景風雲下願五藏與我長存次願七○

祖釋罪脱愆又願帝君斫伐胞根六願世世智慧開全七願滅鬼馘斬六天八願降靈徹聽東西上願一合莫不如言願神願仙上朝三元祝畢又拜如初亦適意所陳求解脱七祖之愆及首已之罪狀一績於行事之後也此名爲三元八節朝隱祝上願神仙之要法也行之三年七祖父母及已之罪都解釋矣然後玉華降衛感會神明八願開陳必獲靈仙之要契

雜法第二十五

凡行來畏恐常鳴天鐘於左齒三十六通先
閉氣左噓之叱叱五通常行之辟精邪惡物
不祥之氣常夜寢臨欲眠時以手撫心叩齒
三通閉目微呪曰
太靈九宮太一守房百神參位魂魄和同長
生不死塞滅邪凶呪畢而寢此名爲九宮隱
呪寢魂之法常能行之使人魂魄安寧常保
吉祥
凡傳授上法之時有經之師當先求感應然
後傳之乃入室燒香密願神明即心拜經前○
微呪曰
太上元君仙都大神今日吉日八願開陳欲
傳某上法敢告靈元未知可否須應乃宣祝
畢便寢必獲靈應子自知其善否之心審可
授之方也
凡經師授經之法先心拜四方以感神明爲
宗師之主餘乃執經起立仰天而祝告誓神
靈以爲玄科之約當說受經者之姓名并啓
天神陳受經之品目爲之科條名箓告誓合
盟文傳諱而陳之祝畢弟子再拜跪受畢又
再拜此眞人告神之盟內法不必盡存割血
爲敢漏之約也
凡經師傳授之時皆當依如上法清齋別處
不交人事先啓告神明求請密感即乃傳之
若眞應横錯所感非祥者此皆天靈顯報不
使傳也若弟子不順神明違而傳之依黄素
之科受子冥考七祖魂魄長閉地獄身亦將
亡仙安所冀
凡存修太一之事欲有所禮願不可叩頭叩
頭者則傾九天動千眞神官迴覆泥丸倒懸○
天帝號於上府太一泣於中田數如此者則
存念無益三眞棄宫七神漂散玄宅納凶是
爲太上五神之至忌也故古之眞人但心存
叩頭運精感而行事不因頬顙以祈靈也
凡修行太一之事眞人道士不得有所禮拜
亦帝君五神之所忌也若有所精思行禮願
之時但心拜而已不形屈也自不修受上法
者不得同於外學之夫矣
凡道士登齋入室忽有靈感妙應當有吉祥
之嘗皆道之欲成兆當勤修苦志感慕上會

如是不替則真靈玉女將慈子之寢矣卧覺
之時當正身上向叩齒三七通閉目微呪曰
上一赤子丹皇運珠太一帝尊凝天伯无七
靈上感五神歸遊靈童玉女齊落變符七星
同昇上登晨丘呪畢又叩齒三七通嚥液三
過閉目都畢此名為太一留神感會仙賢之
呪也如此者三年則九天諸神及太玄玉女
將降衛於兆身
凡道士入室齋戒有存修而數有不祥之物
及奇怪血光諸鬼精惡氣來恐試人者兆當
○行北帝呪鬼殺邪神方先叩齒三十六通乃○
呪之曰
二象廻傾玄一之旌七靈護命上詣三清變
皇驅除赫栢羅天三十萬人侍衛神替巨獸
百丈吐威攝精揮劍逐邪馘落魔靈神伯所
呪千妖滅形呪畢又叩齒三十六通此名為
北帝呪鬼殺邪神方諸神靈正氣聞此之呪
皆來奉衛於子而向不祥之氣得即死滅矣

雲笈七籤卷之四十六

雲笈七籤卷之四十七　　摘七

[illegible]

秘要訣法

安魂魄呪（出北帝經）

紂絶標帝晨諒事構重阿炎如膏中煙敎若
景耀華武城帶神鋒恬照吞青阿閶闔臨丹
井雲門鬱差我七非通奇蓋連宛亦數魔六
天構北道此是鬼神家急急如律令

著衣呪

旦起叩齒著衣呪曰
○左青童玄靈右青童玉英冠帶我身輔祐我○
形百邪奔散鬼賊摧精敢有犯我天地誅形
急急如律令

櫛髮呪

凡欲櫛髮先叩齒三通呪曰
上清朱雀不得動作勿離吾身勿受邪惡六
丁七星邪魔分形敢有當我北帝不停急急
如律令畢閉目存想髮神蒼華字太元如嬰
兒之形在己髮上然後解櫛之當令二五百
過為佳然經中唯須一千五百過畢成髻兩

手握固於膝上閉目微呪曰
泥丸玄華保精長存左爲隱月右爲日根六
合清練百神受恩急急如律令
三洞奉道科曰凡梳頭先洗手面然後梳之
皆不得使人見增壽八百二十
又凡梳頭髮及爪皆埋之勿投水火正爾抛
擲一則敬父毋之遺體二則有鳥曰鵂鶹夜
入人家取其爪髮則傷魂若能勤行增筭六
百二十訖即入靖或殿堂朝禮便於寢卧之
處焚香左右叩齒二十四通存思如圖下床
躡履之際三稱大吉得所願微言不可使
人聞却當存斗星在頭上斗合於頂指於前
關和其心使虛靜恬然心動必思立功濟物
也
將卧之際焚香東西長跪叩齒三十六通誦
衛靈神呪曰
東方九氣青天明星大神煥照東方洞映九
門轉燭揚光掃穢除氛闢明童子備衛我軒
收魔束妖上對帝君奉承正道赤書玉文九
天符命攝龍驛傳普天安鎮我得飛仙

南方丹天三氣流光熒星轉燭洞照太陽上
有赤精開明靈童總御火兵備守三宮斬邪
束妖剪截魔王北帝所承風火八衝流鈴交
煥靡有不從正道流行我身上功保天長存
億劫无終
西方七炁之天太白流精光耀金門洞朗太
冥中有素皇號曰帝靈保神安鎮衛我身形
斷絕邪源王道正明宮殿整肅三景齊并道
合自然飛昇紫庭靈寶符命普息萬生功加
一切天地咸寧
北方玄天五氣徘徊辰星煥爛光耀太微黑
靈尊神飛玄明衣備衛五門檢精捕非敢有
干試谿落斬摧玉符所告神真入威邪門閉
塞正道明開映照我身三光同輝策空駕浮
舉形仙飛
中央黃中理氣總統玄真鎮星吐輝流煥九
天開光童子一十二人元氣陽精焰上朱煙
洞照天下及得我身百邪摧落殺鬼萬千中
山神呪普天使然五靈安鎮身飛上仙
此呪攝五方五星真氣入人五藏中每經恐

畏之處又欲卧時面向東正立拱手叩齒三十六通誦之一徧欲卧時又存斗星依前横在頭

洗手面神呪

凡道士浴身及洗手面時先臨水叩齒三通呪曰

四大開朗天地爲常玄水澡穢辟除不祥雙皇守門七真衛房靈津灌練萬氣混康内外利貞保兹黄裳臯又叩齒三通乃洗手面浴身此名澡穢除凶七房呪法常能行之目明血淨辟諸凶氣

耳鳴祝

道士聞耳鳴祝出大有妙經中卷凡聞耳鳴者錯手掩耳祝曰

赤子在宫九真在房諦聽神命示察不祥太一流光以滅萬凶以手指捻耳門一七過畢當覺面熱即佳候也若覺頭頸間索索寒者惡氣入也當急卧瞑目存玄丹宫太一真人以流火之鈴焕而擲之令惡氣即出身外光亦隨之在後炯炯然以照己身良久平復矣

審耳鳴吉凶法

凡耳中忽聞灘水雷電鼓鳴聲者是身中勞損心藏極不能味真注生而滛放喪亂使六府失攝魂喪魄號蓋將結疾致死亡之兆矣是以泥丸流縱九宫失常悲憂錯亂鳴鼓亂行將欲竊其居館以棄一身也聞之者當精念不怠還專其心若罪未深者自聽攻也所以耳鳴者神亡之故也耳中忽聞金聲玉音者真氣入道欲成也忽聞絃歌之聲者六丁玉女來衛子道也當隱静專修所行勤至之心愈彌强也真人因是遂有形見之漸也自非爾師且勿言於他人也耳中聞簫角之音吉貴象至也聞號呼之聲者凶敗之象也聞惡氣者必有殗穢之事急更沐浴燒香掃除寢室此是帝君戒勸於人也若聞血氣者及无故見聚血者兵凶也急遁人間急守三元帝君求救自藏齋三月禍方止也此皆是帝君先告人吉凶以令懼畏戒其禍耳

夫見凶惡當行陰德營施惠救爲人所不能爲免乎必死之兆也子勗之勿犯守常而已

修道得眞天差玉女來護也於人有記記即道者鼻頭以王爲記也其鼻上如黍米一顆白如玉也

未食呪

凡道士臨於盛饌皆正心存一目想一先飲食然後兆乃食食之畢心微呪曰

百穀入胃與神合氣塡補血液尸邪亡墜飛登金闕長生天地役使六丁靈童奉衛眞氣來前邪氣速退

道士三時食飯呪 出北帝經

瓊漿玉液北帝降來王母親示玉童捧盃五藏受正眞之氣雙胖朗耀一顧百神變作塵埃敢有當我太上滅摧急急如律令

齋見不祥之物解法 出四十四方經

道士齋入室有不祥之物者常行北帝呪南向叩齒三十六下呪曰

二象迴領玄一之精七靈護命上詣三清雙皇驅除赫奕羅兵三十萬人侍衛神營巨獸百萬威攝千精揮劒逐邪戮落魔靈神伯所呪千祅滅形畢又叩齒三十六通

行道見死屍法 出精要經

紫書訣云凡上學之士遊行忽見死屍穢物氣干身者兆當行二十四步止北向叩齒九通男屍思玉童三人女屍思玉女七人來請兆身玉谷之中皇芝素水以灌死屍之上斯須存死人屍化成生人便陰呪曰

巳枯復榮已滅復生得生上天更稟太靈九天之劫反復胎嬰穢累盡滅白屍返生以手拭目二七過止如此穢氣即解死人更受化後爲靈人兆過二十四過行鍊呪畢功滿得加名摽上清二十四年克昇素虛輪飛行九玄也

道士既見死屍上經解穢法 出四十四方經

凡道士見死屍血穢之物當以硃砂一銖散內水中以洗目漱口洗手足畢入室正寢交手心上叩齒二十四通呪曰

三元上道太一護形司命公子五神黃寧血尸散滅穢系流零七液纏注五藏華生令我神仙長亨利貞畢閉目進氣良久覺熱爲候竟又叩齒二七通咽液三七過此三元解穢

內法

練祝死屍法出青要紫書金根衆經

紫書訣云凡修上清之道兆身父母伯叔兄弟於世上死亡兆身未得絕跡故在人中身履死奄若三日當取清水一盆真朱一兩投水中兆於中庭南向臨水上叩齒九通呪曰

氣化成神尸變入玄三化五練昇入九天九天之劫更度甲身甲身更化得爲真人男屍思玉童三人女屍思玉女七人盆盛水以灌死人取水自洗手面仰天噴噀又陰呪曰

○天氣已清人化已生得生上天九變受形五。苦三塗斷落死名超度窮魂逕向帝庭如此亡人更受化生於九天之上九年得昇玉清之宮其法妙於大洞度七祖之法玉帝所秘不傳非真有金名帝圖錄字紫文得見此文勿輕施用妄傳於人七祖父母長閉鬼官三塗五苦萬劫不原四極明科七百年有真者聽傳

修行呪詛訣

夫身者神之宅神者身之器若不安宅以全道修身以養神則精氣爲物遊魂爲變以成萬類宜常拘呪矣故須存手守一神器研精道心則衆神備矣邪氣去矣太上寶神經曰每日早起早起每至雞鳴時也平坐東向王或春夏東南秋冬西北任所宜先以兩手摩拭面目次將兩手第二第三指於眼下橫手摩三七遍次將左手中指從眉逆拓上至髮際三七遍此名爲手朝三元次將兩手二指三指各摩眼後髓中三七遍此名爲真人榮瑩府又將左手第二第三指入鼻孔中摩三○七過名爲開山源又將兩手捋耳畢叩齒三。十六通微呪曰

太上四明九門發精耳目玄徹通真達靈天中之臺流氣調平驕女雲儀眼瞳英明華聰晃朗百度眇清保和上元徘徊九成五藏植根耳目自生天臺鬱素梁柱不傾七魄澡錬三魂安寧赤子攜景逕與我并有敢掩我耳目太上當摧以流鈴萬兇消滅所願必成日月守門心藏五星真皇所呪群爾敬聽此名真人常居之道故真誥曰子欲夜寫書先當

脩當眉也脩天眞旦暮咽液三九過以手舉
急按天眞天眞在眉內角者也山源在鼻下
人中人谷象也華庭在兩眉下四中是也各
三九過按而呪曰
開通天庭使我長生徹視萬里䰟魄返嬰滅
鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補
眞人列象玄名此道令人致靈徹視杜遏萬
衺如此亦可以次按亦可一時俱按行呪之

道士被天魔所試即誦拂魔呪 出清魔經

先存思頭上圓光如日左朱鳳右玄武紫霞
之蓋光明身形仙童玉女執五色之節從三
界萬神前嘯九鳳後鳴八鸞白帝啓道太極
參軒叩左齒三十六通叩右齒二十四通叩
天鼓十二通微呪曰
羅天毒獸備巨四門吞流割膽山覢萬群張
喉玃天猛衛萬聲毒龍奮爪金頭橫吞威兵
巨萬受符接山六天不恂合玉成群妖魔波
伴織氣紛紛謠歌空洞檀帝陣雲水鬼貫形
當人生門神王所告無幽不關上攝六氣下
檢河源五嶽四瀆善惡速分萬萬千千來對
我前五帝校錄有功者原凶魔千群束形帝
君敢不從命所誅無繇屠割剝腹斬首滅根
北鎮潰湯南陵大焚金眞錄氣流鈴捕魂妖
爽無遺極盡形元身佩天書宣行正文滌蕩
九氣清明三元玄舉天眞上合自然莫有干
試攺動上聞引氣十二咽止

玉帝衛靈呪鬼上法 出清魔經

玉帝呪曰
九天有命上告玉清促召千眞俱會帝庭太
一下觀雙皇翼形監察萬邪理氣攝生若有
不祥干試神明清帝之道整勑神兵七神束
鉞天鋒右征揮劍前驅煥擲大鈴激命甲騶
武卒天丁風火齊戰伐邪荻精上威六天下
攝魔靈既威既攝萬凶滅形神戈雷掃姦祅
無生仙皇秉節有命敢傅拒節違令是誅汝
形洛鷩各慎保玆皇寧九天告命萬神敬聽
急急如律令
若夜恐怖夢想魔鬼試人干犯眞氣欲病者
急念此呪心存至道求請於帝乃向北叩齒
三十六通閉氣寂念前呪呪畢又叩齒三十

六通咽液十過於是百惡魔邪伏滅七神纏綿太一監攝萬靈衛真亦可日日誦卧寢念之以塞百邪也

治急病法

凡受三五法在存識三天真名三師真名有急災困病三大喚天名密呼三師名即災病皆消

上清微天真名 防中

中禹餘天真名 元

下大赤天真名 德丘

右三天真名也

左無上真名 [illegible]

右玄老真名 [illegible]

中央太上真名 [illegible]

右三師名

反舌塞喉法

凡守一者身神常安若體中不寧當反舌塞喉漱滿醴泉滿口嚥之訖又如前嚥液無數覺寧乃止止而未寧重復爲之須臾之間不寧之病即應廓散自然除也當時有効覺體中寬軟都平使以逍遥復常太極衆真太虛真人南嶽赤君妙行真人莫不修此以成聖真矣

金仙內法

金仙內法感降靈輿常以月五日夜半子時存日烏從兆口入住在心中使光照一心一心之內與日同光共相合會赫赫炯炯當覺心暖霞暉映曖良久有驗乃密祝曰

大明育精內練丹心光暉合映神真來尋畢嚥液九過叩齒九通止到十五日二十五日二十九日復作如前一月之中四度如上使人開明聰察百關解通萬神洞徹面有玉光體有金澤行之十五年太一遣寶車來迎上登太霄遊宴紫極行之務欲數不必一月四辰也

雲笈七籤卷之四十七

秘要訣法行持有要

[illegible]

老君明照法叙事並法附

老君曰金水內景以陰發陽能為此道分身散形以一為萬立成六軍千億里外呼吸往還乘雲履水出入無間天神地祇邪鬼老魅隱蔽之類皆可見也審其精思遂見方來子能守之為仙王也

○老君曰欲行明鏡勿入喪家產乳之中精潔萬慮沐浴五香當飲蘭桂之液无食葷辛之物絕棄腥臊无近婦人於寂靖之地幽室之中不聞車馬之聲金鼓之音鳥獸嚾嘷乃可為之此道之忌莫甚於驚一往不復反一敗不復成也當其時心不欲復有所存耳不欲復有所聽注心正目彷彿想念至精不怠乃可成矣

老君曰當得明鏡九寸無令面有偏缺毀漬斑瑕務欲清明周正不失人容色者善昔我先師以尺二寸鏡前後左右一爲名曰四規行此道者甚難速成易得驚敗驚則有大殃少能成也又容成皆以一尺鏡一枚正置其前亦見以神而不能長生也甯子云以九寸鏡各一枚使其左右名曰日月亦以延年矣若欲分身散形坐在立亡上昇黃庭長生不死役使百靈入水入火入金入石入木入土飛行在意者當用吾四規之道若但欲逆知吉凶日月即用此矣

老君曰立規之法皆去己一尺五寸令與眉齊各垂紫青線下有華水務令平也晝夜不閉目以得為効不可閉目者恐當閉目之時○神明忽見而不即見之或失神以去或卒開目見之不漸致驚懼而敗也

老君曰四規之道必見尊神非上士至真勿以此示之吾道至密世无其人寧見道門

老君曰欲行四規者皆令去己一尺五寸高三尺

老君曰東規當見仙二人冠丹纓之冠面貌狹小耳高其頭身皆生黑毛見之勿驚

老君曰西規當見西王母玉女侍之

老君曰南規當見中和无極元君一身十一
頭冠自然之冠衣赤色
老君曰北規當見天皇君十三頭衣冠之色
如其時也
老君曰或見一人衣黃衣冠黃冠白鬚者即
延壽君也少者受命君也
老君曰或見一人赤衣赤幘年少者稟命君
也老者司命君也
老君曰或見二人羽衣黃色玄冠察行君也
老君曰或見三人羽衣赤色青冠聽聲君也
○老君曰或見一人大冠朱衣執筆札者司過○
君也
老君曰或見一人黃衣冠掩面者增年君也
老君曰或見二人赤裳者視形君也
老君曰或見玉女青衣者名曰惠精玉女
老君曰或見玉女黑衣者名曰太玄玉女
老君曰或見玉女赤衣者名曰赤圭玉女
老君曰或見玉女黃衣者名曰常陽玉女
老君曰或見童子三人青衣紫下裳俱來者
一名常在一名絶洞一名五德

老君曰或見九玉女衣服五綵俱來者一名
上一名虎一名扶一名靈關一名孔林一名
德一名住一名多一名
老君曰或見一人目下徑三寸黃衣青下裳
者同目君也
老君曰或見嬰兒長二三尺向人笑者是九
都童子也
老君曰或見童子長五六尺立而笑其左上
有自然蓋者日中童子也右上有自然蓋者
月中童子也
○老君曰或見人頭鳥身五色玄黃者上上太○
一君道父也
老君曰或見九人皆衣青而白首者无極太
元君也
老君曰或見一人長六尺五寸冠角冠白衣
赤領或虎文鳳章者姓李名耳字伯陽見之
常以平旦
老君曰或見一人長六尺七寸冠重華冠白
衣青襟者名李鼓字伯陽見之常以日出時
老君曰或見一人長六尺九寸冠重華冠五

色衣者名李　　字伯光見之常以食時
老君曰或見一人長七尺二寸冠辟邪冠衣羅袿形像龍蛇者名李石字孟公見之常在禺中
老君曰或見一人長七尺三寸冠飛龍冠衣朱衣者名李重泉字子文見之常以日中
老君曰或見一人長七尺五寸冠三條冠朱玉衣者名李定字元陽見之常以日昳
老君曰或見一人長八尺冠皮毛冠衣黑衣者名李元字伯始見之常以日晡
老君曰或見一人長一尺五寸冠自然冠衣龍蛇者名李顧字元生見之常以日入
老君曰或見一人長九尺五寸冠自然冠衣青紫者名李德字伯文見之常以黃昏
老君曰凡爲明鏡之道上士爲之七日中士一旬下士一月成矣
老君曰紫青爲裏合之九寸規者一尺二寸鏡也
老君曰上士爲之先見已形次見宅中鬼神次見天神也

老君曰見神或見有一身不能見之多不過六神七神來也但熟視規中物熟所見即見神也亦勿語亦勿拜息自定無驚恐
老君曰爲此道者春無伐木夏無水灌滅火四季之月無掘土秋無鑠金冬無過水抒井
老君曰爲此道者春無食肝夏無食心四季之月無食脾秋無食肺冬無食腎五藏神愁則令人不明不壽
老君曰爲此道者長不息七日得者七十日一施之必如初日見也
老君曰此道可以延年却老也
老君曰見神之後更施之可問以長生之要則具以告人耳
老君曰爲此四規之道既成可握一規之道施之不復用四也
老君曰幽闕二童齊著緑幘上入北極下入玄宮以鏡其事
老君曰爲此道常當上朱鳥高三尺下玄武高五尺左青龍高九尺右白虎高七尺又當履日月耳

老君曰不唯已也又當令朱鳥銜九寸鏡玄武背負尺二鏡青龍銜日白虎銜月已形象龍蛇須能分形坐見四海之外乃止著其物來也

老君曰夜則以燭燈麻油爲火大善

老君曰欲理病人及入大山恐山神及百鬼試人者以一規著戶上一器盛華水著下用刀劍横水上以刃外向百鬼不敢前老魁直入戶者亦不得過水即死血在水中秘之勿示俗人

○老君曰欲辟五兵百邪者以三寸規一枚鑄○圓天符著其背懷之陰日右陽日左入大衆所以爲勝人人皆畏之吾道秘矣

誓法

某州某縣某鄉某里某宮觀道士某以老君四規明鏡要訣授學者某州某縣某鄉某里某人以白絹四十尺米一斛薪一束鹽五升爲盟某不得不告要言兆若不奉行身入黃泉一同先師科律盟誓專勤一志某與兆共晝一爲信三年有功乃得傳不得傳非其人身謝天地水三官永不得仙及不得有背本之言

明照法

照鏡欲見形之法當小開戶居闇向明暫閉目思想見面形初時若殊無所見中宿之後漸漸洞遠自見面目巾幘心中了然開明平旦及日入此時最好若日盛明當小開戶在灼灼中闚鏡無所見也若火下照鏡當以火自遠勿得逼近火欲開目照鏡自視形體當在灼灼明中無若若欲閉目思見面形當居○闇向明然後形耳照鏡大要當安卧思想精誠未卧之間使身體條條須臾之頃當有赤黃從額上出照耀一室中於是彷彿恍惚如覺如卧便自見面形在光中對共相視如頃即便消滅卧覺之後輒復照鏡欲卧思之如前法當夕夕自見也或卧覺兩面相對見或已形兩人相併坐或卧寐之間見好神童玉女年十五六好衣服頭額正見輒再拜或耳邊聞語聲天下吉凶萬事皆預知之或在壁東見壁西或暮卧夢照鏡或還光內視五藏

當以申始
明鏡君官屬將吏百二十人住開陽宮主人
兩目童子童子精光相視見景知吉凶明鏡
有三童九女侍之三童長六尺九女長五尺
三童
九女
青腰青衣　當闕紫衣　內子青衣
素女白衣　皇女黃衣　帳上衣緗
道女黃衣　女嬰衣紅　曾女衣絳

寶照法

夜半存神訖存道一尤勿起坐為之未可別。
行餘一事先向王平坐瞑目臨目又存兩目
中有白氣如雞子大在面目前存目中名出
白氣懸在目前乃如雞子大須臾變成兩明
鏡徑九寸以前後照我一體上二十四神使
洞鑒分明良久鏡形既成仍存左鏡當前照
見神前面右鏡後照見神後其鑒二十四神
各安其所雖不呼名而有形色長短居然示
於鏡中乃心祝曰
大明寶鏡分形散化鑒朗元神制御萬魔飛
行上清披雲巾羅役使千靈封山召河畢鏡
忽然光變小還入眉目中奄然而滅仍以卧
之常能行之災害不生而位登仙

摩照法

昔有摩鏡道士遊行民間債為百姓摩鏡
無大小財責六七錢耳不以他物摩也唯以
藥塗而拭之而鏡光明不常有好事者仲陽
者知其有道乃要留使宿為好設主人禮乃
拜而請問之道士告仲陽曰明鏡之道可以
分形變化以一為萬又能令人聰明逆知方
來之事又令人與天上諸真相見行其道德。
法則天上諸神仙皆來至道士自見己身則
長生不老速成少童又道士入山山精老魅
多來試之或作人形故道士在石室之中常
當懸明鏡九寸於背後以辟衆惡又百鬼老
物雖能變形而不能使鏡中形影變也見其
形在鏡中則便消亡退走不敢為害也是以
道士有摩鏡之藥藥方出於帛子方用錫四
兩燒釜猛下火令釜正赤與火同色乃內錫
末又胡粉三兩合內其中以生白楊刻作人

令長一尺廣二寸厚一寸其後柄長短在人耳以此攪之手無消息盡此人七寸又復內眞丹四兩胡粉一兩復攪之人餘二寸內摩照錫四兩攪令相得欲用時末如胡豆以唾和之得膃脂爲善又以如米大者於前齒上嘘之復以唾傅拂其上以自拂之即明如日月欲作藥先齋戒七日乃爲之作清靜密室勿令人見之也其火欲猛秘之勿妄傳非其人

拂童法

拂童之道徹見二十四神之法常以甲子旬。庚午日日中時取清水一升東流水爲佳亦用古井以一銖眞丹極精末細者投水中攪之左行三七過當以上物向月建左旋攪一月爲過也微祝曰

玄元水精生光八明身神衆列並來見形徹視萬里中達九靈祝畢向東以左手洒目二七過祝則隨月建洒目常東向訖餘水仍留以洒目不復更祝也

神枕法 幷叙

叙曰昔太山下老翁者失其名字漢武東巡見老翁鋤於道背上有白光高數尺帝怪而問之有道術否老翁對曰昔年八十五時衰老垂死頭白齒落有道士者教服棗飲水絶穀并作神枕法中有三十二物其三十二物中二十四物善以當二十四氣其八物毒以應八風行之轉少白髮返黑墮齒復生日行三百里今年一百八十矣不能棄世入山顧戀孫子復還食穀又已二十餘年猶得神枕之力往不復老武帝視老翁顏狀當如五十許人驗問其隣皆云信然帝乃從。受其方作枕而不能隨其絶穀飲水也

方用五月五日七月七日取山林柏以爲枕長一尺二寸高四寸空中容一斗二升以柏心赤者爲蓋厚二分蓋致之令密又當使可開閉也又鑽蓋上爲三行行四十孔凡一百二十孔令容粟米大其用藥

芎藭　當歸　白芷　辛夷　杜衡

白朮　藁本　木蘭　蜀椒　桂

乾薑　防風　人參　桔梗　白薇

荆實荆實一云壯 肉蓯蓉 飛廉 栢實
薏苡子 欵冬花 白薇 秦椒
蘪蕪凡二十四物以應二十四氣加毒者八物以應八風 烏頭
附子 藜蘆 皂莢 菵草 礬石
半夏 細辛

右三十二物各一兩皆㕮咀以毒藥上安之滿枕中用布囊以衣枕百日面有光澤一年體中所疾及有風疾一一皆愈差而身盡香四年白髮變黑齒落更生耳目聰明神方驗祕不傳非其人也藥本是老君
○以此方傳玉青玉青以傳廣成子廣成子以傳黃帝近者穀城道士淳于公枕此藥枕耳百餘歲而頭髮不白夫病之來皆從陽脉起今枕藥枕風邪不得侵人矣又雖以布囊衣枕猶當復以幃囊重包之須欲卧枕時乃脫去之耳詔賜老翁疋帛老翁不受曰臣之於君猶子之於父也子知道以上之於父義不受賞又臣非賣道者以陛下好善故進此耳帝止而更賜以諸藥

神杖法

神杖用九節向陽竹取擇具別有法凡用之齋戒沐浴焚香再拜訖叩齒三十六通思五帝直符吏各一人衣隨方色有五色之光流煥杖上五帝玉女各一人合衛杖左右微祝曰

太上之仙元始上精開天張地甘竹通靈直符守吏部御神兵五色流煥朱衣金鈴輔翼上真出幽入冥招天天恭攝地地迎指鬼鬼滅妖魔束形靈符神杖威制百方與我俱滅
○與我俱生萬劫之後以代我形景爲吾解神昇上清承符告命靡不敬聽畢引五方氣二十咽止以杖指天天神設禮以杖指地地祇司迎以杖指東北萬鬼束形

帝君明燈內觀求仙上法

南極上元君授於帝君帝君居朗玄之宫金房紫户之內明玄燈以自映通霞光於照窻命太真於五形披三顧於帝房靈上降以紫蓋元皇給以金童自然號我位總掌於玄宫太品生乎始妙道在微芒今以相告子勤奉

爲告南極上元君曰子學神真之道處靈宮之上瓊房之内而不知明燈以自映通玄光於五藏五藏之内因得明矣形體之神因得歸也子若能暮明燈於本命朝明燈於行年常明燈於太歲上三處願念即體澄氣真光明内照萬神朗清元君奉受法度施行三年即致夜光童子二十四人玄光自然而明不須明燈而通光也然此上真之妙法亦不傳於下世若其金名玉字玄格者得吾此道行之九年身體光明徹視萬里朗觀自然夜光童子降子之房授以真書白日登晨

○法曰常明燈於所住静室本命之上暮入室向燈長跪叩齒十二通祝曰

玄光映太陰八達且朗明澄神曲室重衣仰徹曜上清五暉發朗臺玉芝自然生洞照通太眞萬神監我形削滅九陰氣記上東華名保我無終劫體與日月并拔度七玄榮明光啓玉皇上受内觀經天降飛霄輦騰空御綠軿得謁太皇館進拜玉皇庭畢再拜向本命仰頭咽液七過止

又常明燈於行年之上朝燈叩齒十二通呪

明燈照行年散光煥八方嬰嬰色象澄内觀朗空洞披釋朗神衿子與玉真通仰高宗上道渺邈無行蹤恩得玄雲降整轡御飛龍却我百年期還返嬰兒容賜我西華女給我金晨童侍香履年命稽首玉帝房神泰道亦暢權適香烟中整心注太玄精感洞虚无室招神霄降冥目觸仙公枝過七祖離度形還南宮畢再拜向燈嚥氣二七過止

○常於太歲上明燈以通神禮願以求真滿三年則玄光内映神真下降授子不死之方當時自有感應也當朝夕燒香叩齒十二通向燈祝曰

燈火映太真明光徹玄虚披朗无上道心注玉帝廬洞達空洞内神覩形自舒精感致靈降心恬理潛居朝禮太帝堂夕誦金真書逍遥玄都裏萬歲返嬰孩天符紫霄霞帝給玄瓊輦浮遊五嶽巔適一得所如七祖免三塗福慶有盈餘畢再拜嚥液二七過止

若能常於三處明燈不滅七玄九祖即得去離十苦上昇南仙一身神明澄正目視萬里耳聰達聽心智逆知未然神眞來降夜光重子當教子求仙之道九年如此靈光自表通於裏也

按天庭法

天庭是兩眉之間眉之角也（眉內角兩頭骨四處）山源是鼻下人中之本側在鼻下小入谷中也（鼻中隔之中內際究四處）華庭在兩眉之下（眉下虛骨四處）旦中暮向其方平坐臨目嚥液三九急以手陰按之三九（以兩手中指急按其處急謂痛按之非急速之急也）○按而祝曰

開通天庭使我長生徹視萬里魂魄返嬰滅鬼却魔來致千靈上昇太上與日合幷得補眞人列象玄名此爲常人致靈徹視杜遏萬邪之道也

服霧法

常以平旦於寢靜之中坐卧任己先閉目內視髣髴如見五藏畢因口呼出氣二十四過臨目爲之使目見五色之氣相繞纏在面上鬱然因又口內此五色氣五十過畢嚥唾六十過乃微祝曰

太霞發暉靈霞四遷結氣宛屈五色洞天神煙合啓金石華眞藹鬱紫空鍊形保全出景藏幽五靈化分合明扇虛時乘六雲和攝我身上昇九天畢又叩齒七通嚥液七過乃開目事訖此道神妙又神洲玄都多有得此術者爾可行此法耶久行之常乘雲霧而遊

雲笈七籤卷之四十八

[illegible]

祕要訣法 三一

守一 一在人心鎮定王庭

太上智慧消魔眞經云一無形象無欲无爲求之難得守之易失失由識闇不能進明貪欲滯心致招衰老得喜失嗔致招疾病迷著不改致招死殁衰患及老三一所延治救保全惟先守一非一不救非一不成守一恬恢夷心寂寞損欲折嗔返迷入正廓然无爲與一爲一此乃上上之人先身積德所致也中中已上先善未積積而未極皆由漸昇當存三元諦識神炁狀貌出入有无生鎮三宮三尸必落尸毒既去錄睹成明智慧神通長生不死眞聖神仙隨因受果 撕九

太平經云何以爲初思守一也一者數之始也一者道之生也元氣所起也天之綱紀也又五符經云知一者无一之不知也不知一者无一能知也一者至貴無偶之號也

上清三天君列紀經云栢成欻生請問雲房之道三眞之訣二玉皇曰三眞者兆一身之帝君百神之內始眞也若使輔弼審正三皇內寧太一保胎五老扶精一居丹田司命護生一居絳宮紫氣灌形一居洞房三炁合明於是變化離合與眞洞靈明堂雲宮紫戶玉門黃闕金室丹城未應皆帝一之內宅三眞之寶室也於是雲房一景混合神人上通崑崙下臨清淵雲蓋嵯峨竹林葱蒨七靈迴轉五色纓綿層樓萬重三氣成煙玉闕虛靜七門幽深金扉玉樞符籍五篇公子內伏外牽白元渾一成形呼陽招陰上帝司命各保所生微哉難言非仙不傳

三一訣

昇玄經曰仙人竇子明問云向聞法師咨請眞一太一未聞三一之訣當復云何既爲一而復言三爲一有三耶爲三有一耶昔雖奉行未能曉了願爲究盡使後來末學得知眞要法師曰三一者正一而已三處授名故名三一所以一名三一者一此而三彼也雖三常一故名三一三一者向道初門未入眞境 撕九

得見一分未能捨三全一是未離三雖未離三少能見一故名三一分言三不離一故名三一子明曰此一者何所有也答曰無所有而有問曰無所有而有何名爲有答曰以無爲有又問無何而有答曰得无爲有又問得而无爲者何所義答曰形聲虛偽故又問何爲虛偽答曰不住故又問云何不住答曰遷變異故又問雖遷變異非無所有既云變異果是有物可變安得云無邪答曰向曰變異者亦不言都無如虛空故但言一切皆有偽。

○非眞生者必死有者必無成者必壞盛者必衰少者必老向有今無寒暑推遷恍惚無常也

玄門大論三一訣并叙

夫三一者蓋乃智照無方神功不測恍兮爲像金容玉質之姿窈兮有精混一會三之致因爲觀境則開衆妙之門果用成德乃極重玄之道道經云三者不可致詰故混而爲一

洞神經三環訣云精神炁也

釋名云三一者精神炁混三爲一也精者虛妙智照之功神者無方絕累之用氣者方所形相之法也亦曰希微夷希跡也微細也夷平也夷即是精希即是神微即是氣精言夷者以知萬境均爲一照也神言希者以神於無方雖徧得之甚跡也氣言微者以氣於妙本義有非麤也精對眼者眼以見明義同也耳對神者耳空故聞無義同也鼻對氣觸於體義相扶也

孟法師云言三言一不四不二者以言言一即成三也今謂明義各自有宜少多非爲定。

○准如六通四達豈止三耶若教之所興無乘此說然三義雖異不可定分亦一體雖同不容定混混亦不混故義別成三分不定分故體混爲一混三爲一三則不三分一爲三一則不一不三而三不一而一斯則三是不三之三一是不一之一不三之三非直非三亦非非三不一之一非止非一亦非非一此合重玄之致也

出體之義略有四家

一者大孟法師解云三一之法以妙有爲體

有而未形故謂爲妙在理以動故言爲一引
經言道生一又云布氣生長貸成靡素兼三
爲用即一爲本今不同此果法若起故非未
形之妙經云生豈是常在之本
二者宋法師解云有總有別總體三一即精
神氣也別體者精有三智謂道實權神有三
宮謂上中下氣有三別謂玄元始今謂此判
三一之殊非定三一之體
三者徐素法師云是妙極之理大智慧源圓
神不測布氣生長裁成靡素兼三爲義即一
爲體此解雖勝語猶混通未的示體如極理。
之與大智此即是境智之名慧源之與裁成
即是本迹之目故未盡爲定也
四者玄靖法師解云夫妙一之本絕乎言相
非質非空且應且寂今觀此釋則以圓智爲
體以圓智非本非迹能本能迹不質不空而
質而空故也今依此解更詳斯意者既非本
非迹非一非三而一而三非一之一三一既
圓亦非本之本非迹之迹迹圓者明迹不離
本故雖迹而本亦不離迹故雖本而迹雖本

而迹故非迹不迹雖迹而本故非本不本本
迹皆圓故同以三一爲體也三一圓者非直
精圓神氣亦圓何者精之絕累即是神精之
妙體即是氣神之智即是精氣之智即是精
氣之絕累即是神也斯則體用圓一義共圓
三圓三之三三不乖一圓一之一一不離三
一不離三故雖一而三三不乖一故雖三而
一雖三而一故非一不一亦雖一而三故非
三不三三一既圓故同以精智爲體三義並
圓而取精者名殊勝也
義有九條用有五迹義九條者三一名三合。
成九義精有三正實權也神有三空洞无也
氣有三始元玄也精三者具如境智科解神
三者無是豁然之名洞是通同之目空是虛
容之理也氣三者正一經云太無變化三氣
明爲黃氣爲玄白氣爲元青氣爲始也論其
相生者正智生實智實智生權智無生於洞
洞生於空空生於始始生於元元生於玄也
然自一之三從三至九千應萬變同歸本一
不殊而殊殊而不殊也用五迹者洞神經云

大道無極極乎自然變化無極其中要妙三五八九三者精神氣也五者精有二君精氣也神有二君神炁也精有二君赤氣名曰太陽化爲元陽子丹變爲道君是二君也神有二君赤氣變黃名曰中和變爲老子又爲黃神是二君也氣有一君黃氣變白名曰太陽變爲太和是一君也以五當法體義不分二分三一之變有此五君以三就五爲八三內有一成九也斯亦一途應用示此五身然化迹多端塵沙莫辯

○孟法師云用則分三本則常一今解論其正○意體一義三本迹而言四句變九四句者一者本一迹三二者本三迹一三者本迹俱三四者本迹俱一本一迹三者妙本圓一分應開三迹一本三者應氣爲一本體俱三第三第四兩句者望前兩句不知本迹不殊故同三同一其義具顯前章也九變者三一之化號精神氣精神氣中又各相生三三相續遂爲九變故從一之九從九反一上元眞書云一曰源一二曰元一三曰太一四曰玄一五曰眞一六曰雌一七曰雄一八曰三一九曰正一源者至道之根衆妙之本元者衆善之長萬法之先也太者極大之名包含爲德玄者不滯爲用妙絕高虛也眞者去假除惑即色皆空也雌者安靜柔和觀空照實也雄者剛動能化方便善權也三者精神氣也正者治邪滅惡去闇就明也此明至道無迹有此九條攝會歸本同爲一致故三天正法云從九返一乃入道眞辯教曰第一出衆經不同

孟法師云涉學所宗　一爲本故七部九結○

○皆有圖術今列如左

第一洞眞三一　上元泥丸宮天帝帝卿中元絳宮丹皇君輔皇卿下元丹田宮黃庭元王保鎮弼卿出三元眞一經

第二洞玄三一　治三丹田元先子丹元陽子也出太上眞一經

第三洞神三一　南極老人中極道元北極玄妙出洞神太上三一經

第四皇人三一　始青元白玄黃出皇人祕旨

第五太清三一　赤子眞人嬰兒出太清上中

經上卷

第六太平三一意神志神念神出第一卷自占盛衰法
第七太玄三一夷希微出太存圖及道德經
第八正一三一開閉閉即治三元
第九自然三一虛赤光元黃光空白光
合有九經所明三一並治三宮其條守體儀具如彼經所辯然洞神所出三一之變亦云精神氣虛無空等具如彼經第十三卷所明也今三一者神氣精希微夷虛無空所以知
○此爲三一者以其明義圓極故也昔正一三○一等是以其明義淺迹故也
昇玄經太上告道陵云汝昔所行名爲眞一道者是則陰陽之妙道服御之至術耳非吾所問眞一此昔教也下文云汝以堪受吾至眞平等要設無上妙經乃至第四辯不一之一此之教也其外六經所辯三一既不彰言辯空而但爲氣觀之境可屬於昔故消子修上清近得地仙而已若言三氣三色並是界外之事三洞三一本意皆爲入空此則攝屬於今也能倫聖教本不有無何曾今昔故可九經所辯皆不有無並非今昔但逐物情不了滯教爲昔物情若悟曉教成今也更二義往分今昔一就大小乘分二就因果義分大小乘分凡有三義一約定有分二約偏並分三約待絕分定有者昔小乘以三一爲定境義極於有今大乘以三一爲智慧義在於空何者昔小乘入定則捨於有故在空之時無復三一也今大乘爲觀群色是空故雖於空不失三一也故洞神經釋守三一云知守虛
○無空者爲大乘也守神鍊形爲中乘守氣含○和爲小乘也二偏並者昔小乘學偏今大乘能並小乘捨色入空故不能並大乘即色辯空故能並也三待絕者昔因三一以入於無得無之時謂爲眞一此之無一猶對於有之無是爲挾二故爲待也今之三一即體非有亦復非無非有非無故無所挾既無所挾故爲絕也二就因果義分亦有三義一約近遠別二約方便究竟別三約常無常別一約近遠者昔以三爲氣觀果則近極三有今以一

為神觀果則遠極道場故極果圓智成令三
一義如前也二約方便究竟者昔開方便果
極三界令開究竟故果極常一故昇玄經云
是為究竟究竟者功業成罪行畢則常一也
三約常無常者昔三有之果為災所成故是
無常令一常之果凝然不動故為常也

金闕帝君五斗三元真一經口訣

涓子受之東海青童君至春分日夜半時起
坐東向瞑目存身中三宮三一三卿及我合
七人我在中央也俱乘紫氣之煙共登北斗
陽明星陽明星者北斗之東神也於是存入
星中共坐吞紫氣三十過行之久久自見陽
明星東元太上宮宮中有青玄小童授子真
先也先當存北斗星紫炁大如弦從上直流
我前然後乃存三一也
周君口訣云存七真人並北斗七星而共登
陽明鴈行我居中央也巾七星者以魁覆頭
杓柄前指也我存吞紫氣三十過而嚥之也
又思三一三卿並同吞之也吞畢更存七真
人緣向從紫氣空中來下還兆三宮中良久

心祝曰

三尊上真太玄高神陽明主春萬童開門丹
元主夏朱紫含煙陰精主秋天威六陳北極
主冬萬邪塞對五土乘王戊己天關所指皆
滅所向莫干鍊我七魄和我三魂生我五藏
使我得真登飛上清得景七元長生順徃滿
吟千神畢亦可眠存之四御共此一呪爾
夏至之日夜半時起坐南向瞑目存我身中
三宮三一三卿及我合七人我在中央也俱
乘紫氣之煙共登北斗丹元星丹元星者北
斗之南神也於是存入星中共坐吞紫炁三
十過行之久久自見丹元星南極太上宮宮
中有朱陽靈妃授子絳書寶衣也
秋分日夜半時起坐西向瞑目存我身中三
宮三一三卿及我合七人我在中央也俱乘
紫炁之煙共登北斗陰精星陰精星者北斗
之西神也於是存入星中共坐吞紫炁三十
過行之久久自見陰精星西元太上宮宮中
有白素少女授子玉章虎書也
冬至之日夜半時起坐北向瞑目存我身中

三宮三一三卿及我合七人我在中央也俱乘紫炁之煙共登北斗北極星北極星者北斗之北神也於是存入星中共坐呑紫炁三十過行之久久自見北極元星北元太上宮宮中有玄精眞人授子金書秘字三五順行六月一日或十五日令與秋分夏至日相避也夜半時坐西南向冥目存身中三宮三一三卿及我合七人我居中央也俱乘絳紫青黃四炁之煙共登北斗天關星天關星者北斗之中神也於是存入星中共坐並臨目各呑四色氣各十過先呑絳氣以次行之久久自見天關星中元太上宮宮中有太上威眞人授子滅魔符鏤邪鉞黃衣兵籙

八節日各守八日耳以節日夜半爲始餘唯存在三宮中安坐而已極精想使有至髣髴耳

守五斗眞一經口訣

道士志學山林隱靜久遁岫室遠迹人間爲之者益精而神速至也或多不知推筭度分數作曆日也如不知曆日之道則二十四氣八節之日不可得知又復不能年年出入世間尋問求寫亦是學人之疑也今謹按北帝自然之經云法用正月三日當立春二月十五日當春分四月一日當立夏五月十六日當夏至七月七日當立秋八月二十二日當秋分十月五日當立冬十一月十一日當冬至節山林道士當用此法若曉外曆日之八節自宜按之曆八節蓋璇璣之正度萬眞靈仙神明朝宴之日也北帝自然發月數之中日二景氣相隨之日亦大吉時也宜以修道建思併而論之吾從唯一

外國以月一日爲建二日爲除以次數之令窮山無曆日此乃可用

匈奴國以正月一日爲甲寅朔六甲周而復始正月小二月大三月小四月大五月小六月大七月小八月大九月小十月大十一月小十二月大若窮景深林外迹名絕者亦當按此可也每至建日或月一日平旦存三一從巳三宮中出坐己前乃心起再拜若如見之髣髴在目心呪曰

天尊三帝守我命門出遊虛中六氣互分養
我五神正我三魂五藏自生長生飛仙畢又
存從虛中還三宮良久咽液三十過十過爲
良夜當見三一及三卿也或夢見白鳥白鵠
白虎金玉之物皆三一之化景示象也如此
守之勿殆則相見之象也對面之漸也每至
除日夜半時密起北向仰視北斗七星之內
象見三一從輔星中下來入己三宮中畢還
寢精思存之髣髴似見乃微呪曰
○太上天輔三帝所遊三卿扶持與真合俱下
入我身安寂坐無吐精灌形魂魄和濡使我○
飛仙雲車行浮畢嚥液二十七過月取一除
日爾每至開日夜半時起坐東向去巾亦可
散髮更梳櫛結之結令通良久畢祝曰
上元三真真中嬰兒散髮開煙上通天合泥
丸堅凝與天同時使我飛仙交行洞臺畢咽
液十九過畢乃巾而寢精思存三一三卿各
安其宮帝與卿相對而坐存三一呼氣宮中
三十過已存時亦自呼氣三十過也呼者開
口吐氣之謂也其時亦當覺一體熱則和神

凝魂之驗也存三一皆當臨兩目內視神宮
也
存一之道使太上三素氣見三宮中三素者
紫青絳三晉色炁也紫在上也則存守三一
在其中目想見北極紫房玉宮使天官序列
思我將在帝前對坐所乞所求乃心拜爲太
上是上清之帝極貴者也北極紫房帝之房
耳亦存己三一與帝論飛真生生之道凡臨
飲饌皆正心存一目想一先飲食然後兆乃
食之也常如此則邪氣遠退真氣來前飲食○
畢心祝曰
百穀入胃與神合氣塡補血液尸邪亡墜長
生天地飛登金闕役使六丁靈童奉衛守一
之法以甲午甲辰甲寅日夜半掃除靜寢之
庭方圓一丈布席燒香北向再拜亦可心拜
而已因仰視北斗七星使紫炁從斗中出入
兆身中三宮之內北向接手兩膝上心存三
一三卿與兆俱乘紫氣上登太極太極北極
星也存令忘身失體恍爲如昇天之狀如此
則仙道近矣仙人謂之大靜也陰兩可於寢

牀上爲之亦可預作壇於威處使方圓一丈籬四面使高數尺至日常當修之此大靜之道也

守一之法道當伺月初出時向月再拜畢心祝曰

太陰玄精明月夫人初生流光照我三宮神仙上飛高遊八方所向所願皆與福會守一之道常存七星覆頭上柄指前如此百邪之不干凶氣之滅亡要訣也

守一人忌食五辛猪犬肉及產婦家甲子日思存又忌大醉及諸殘臭皆避而慎之違之勿疑矣又勿抱嬰兒犬不可耳不與人共衣履同床席而存一也思真靜神念道招靈皆欲別處非徒此事而已

後聖金闕帝君昔受三元真一經太極帝君

卷九 十二

真符五斗真一經太一帝君寳章凡此四訣以傳仙人涓子涓子釣河川獲鯉魚剖得青玉函發視獲二符二經法是也此太上內隱法地真之上道亦得朝宴上清遊盼太極飛遊崆峒寂息真爲矣

雲笈七籤卷之四十九

秘要訣法 三一

三一九宮法

夫三一者乃一身之靈宗百神之命根津液之山源魂精之玉室是以胃池體方以受物腦宮員虛而適眞萬毛植立千孔生煙德備天地混同太玄故名曰泥丸泥丸者形軀之上神所居也兆唯知吞氣咽津鳴齒納液不知此所因者乃泥丸之末流腦家之邊枝爾令將告子三一之訣上眞之妙法也閉口奉修慎勿宣傳負違盟誓身没鬼官考延七祖長閉河源兩眉間却入一寸爲明堂宮却入二寸爲洞房却入三寸爲丹田丹田直上辟方一寸爲玄丹腦精泥丸魂宮也

明堂宮左有明童眞君右有明女眞官中有明鏡神君明童眞君諱玄陽字少青明女眞官諱微陰字少元明鏡神君諱揺精字四明此三君共治明堂宮並著緑錦衣腰錦帬帶四玉鈴口銜玉鏡鏡鈴並如赤玉也頭如嬰兒形亦如之對坐俱向外面或相向也此明堂之道也若道士恐畏存三神使鳴玉鈴聲聞太極使口吐玉鏡赤光令萬丈存之俱畢因三呼三君名字叩齒九通則千妖伏息萬鬼滅形也若道士飢渴亦存三君並口吐赤氣使津已口中因吸而咽之須臾而飽也若道士夜行闇不見路又存三君使口出火光照前須臾路自朗明也若行凶處厄難之中有刀兵之地急存三君使鳴玉鈴精而想之敵人自然心駭意懾不復生害心也若道士欲求延年不死及疾病臨困求救而生者當正心安寢存明堂三君並向外長跪口吐赤氣使光貫我身令帀我口傍咽赤氣無數當閉目微咽之也須臾赤氣繞身郁變成大火因燒身與火共作一體內外洞光良久乃上名曰日月鍊形死而更生者也又暮卧常當爲之則必長生不死也又數存咽赤氣使人顔色返少色如童女此不死之道明堂之要訣畢也旦起脣咽唾三十過以手拭面摩目以爲常存唾色作赤津液

洞房中有三真左為無英公子右為白元君中為黃老君三人共治洞房中此為飛真之道別自有經事在金華經中

丹田宮有上元真一帝君帝君之卿合三人共治丹田宮守三元真一之道是也此真地之要路控乘龍車之經也天真多官位衆欲為地真人地真人隱遁於官位不勞損於朝宴故從容任適隨時而遊坐七輿以造步四系也至於天真雖差階小異俱一真矣地真人亦各安其所之不願為雲中官也

○流珠宮有泥丸太一真人在丹田後却入一寸為流珠宮流珠真神自別有經司命之所行也其道妙夫發誓用珠帛結盟乃能付之此經三百年一傳滿五授止不得復出此太極公卿司命之道也

玄丹宮在丹田之上正方一寸紫房綠室朱煙滿內其中有泥丸太一真君治玄丹之宮太一真君貌如嬰兒始生之狀坐在金牀玉帳之中著紫繡錦衣腰帶流火之鈴流火之鈴者無質而赤光動之聲聞十萬里蓋上清中太一真人之寶鈴也左手把北斗七星之柄右手把北辰之綱北辰者北極不動之星謂之為辰綱也正坐玄丹宮向外左右無侍者所以名之為太一真君也旦夕守諸三一訖獨後乃來存之來存之者先造其輕後行其重也

夫頭有九宮請先說之兩眉間上其裏有黃闕紫戶絳臺青房共構立守寸之中左右耳守寸左面有絳臺右面有黃闕其九宮真人出入皆從黃闕絳臺中間為道故以道之左右置臺闕者以伺非常之炁伺迎真人往來也紫戶大神名平靜字法王青房大神名正心字初方形並如嬰孩各服衣如其方房戶之神手執流金火鈴守寸者却入三分名為守寸也暮臥及旦存思之時先存二大神髣髴存見仍呼其神名字畢微呪曰

紫戶青房有二大神手把流鈴身生風雲使衛真道不聽外前使我思感達利靈關出入利貞上登九門即見九真太上之尊祝畢乃可存思三一洞房九真諸要道也守寸二大

神唯聽九宮中真官在九宮內者出入耳目上帝信命及玉童靈真往來諸帝軒二大神聽以進其餘非真此二大神皆不聽進也此中黃太一法度也於是赤子帝君乃命兩耳神嬌女雲儀使引進之故人覺耳鳴者外使入也雲儀時扣磬鐘以聞九宮使知外人來入令警備也磬鐘者是令耳鳴之聲音也其聞之者錯手掩耳而祝曰

赤子在宮九真在房請聽神命永察不祥太一流鈴以滅萬殃祝畢以手拍耳門二七過。畢當覺面熱即佳候也若覺頭項頸間索索寒者惡氣入也當急卧臨目內存玄丹宮太一真君以流火之鈴煥而擲之惡氣即出身外火光亦隨之在後炯炯然以照己一身良久乃復也其明堂洞房丹田流珠四宮之經皆神仙為真人之道傳於世其玄丹宮經亦真仙司命之要言四宮之領宗矣此一經須太極帝君告可與乃與之也亦時出授爾凡合五宮之道行乎世上有真名者遭值之矣自非骨相挺命不聞此言也又有玉帝宮玉清神母居之又有天庭宮上清真女居之又有極真宮太極帝妃居之又有太皇宮太上君后居之此四宮皆雌真一也道高於雄真一也並有寶經以傳已成真人者未得成真非所聞也雌真一之要亦自不授之矣太上所以出極八景入騤璚軒玉女三千侍真扶轅靈妃侠唱神后執巾者寔守雌一之道用以高會玄晨也此太上之宗根虛皇之所傳也此四宮人皆有之但不修此道者宮中空耳夫不盡修於九宮九宮者宮中亦空爾非但雖家而已至於丹田宮中常有帝君守寸。常有大神不復問之須修乃見在宮中爾修之者神仙不修者以壽死矣雌雄一神有男女並可兼修之無不在也唯決精苦之至乃獲益矣

守玄丹太一真君之道暮夕靜寢去諸思念卧坐任意先存北極辰星紫炁來入己玄丹宮中須臾滿宮溢出耳外使帀身通洞內外與紫炁合體畢又存日來入玄丹宮中日滿宮內在紫炁中央望視如闇中視火珠之狀

畢乃存上淸中黃太一眞君從北極紫炁中
來下入玄丹宫日中坐君諱規英字化玄衣
貌色服如上又存已一身忽然昇上入玄丹
宫日中在太一眞君前對坐服色任意因心
起再拜稽首膝前問道求神仙長生隨意言
之因存乃吞紫炁三十過次咽液三十過畢
又存北斗七星内有一赤炁大如弦徑下直
入玄丹宫中於是太一眞君及已俱乘日入
行赤炁道中直上詣北斗魁中寢息良久自
因此寢也亦即有眞應十四年行之則與太○
○一同遊俱到七元綱也十八年詣上淸宫受
書佩符役使玉童玉女各十八人一夕一存
之唯數而已勿令脫夕亦可尊修此道不必
須守三一也兼之益精致感速爾月一日三
日七日十一日十五日夜半之時存玄丹宫
太一眞君正坐向外口吐青炁下入我口中
我隨咽之凡五十過畢乃咽液五十過畢微
祝曰
太一眞皇中皇紫君厥諱規英字曰化玄金
牀玉帳繡帔錦裙腰帶火鈴斬邪滅奸手把

星精項生日眞正坐吐炁使我咽吞與我共
語同宴玄丹錄䜃七魄和柔三塊神靈奉衛
使我飛仙五藏自生還白童顏受書上淸司
命帝君所願所欲百福唯新又存已上入宫
中在太一前寢息因以取眠亦當夢感妙應
矣日爲此而數精至即相見之階漸也

四宫雌一內神寶名玉訣

凡學上眞之道而不知雌眞之一內名亦萬
不得仙也學者受師口訣然後奉行每以正
旦月朔太歲本生之日入室東向思存
○玉淸神母姓廉名街字荒彥長九寸九分著○
玄黃素靈之綬頭戴七稱珠玉之髻冠無極
進賢之冠居無上之上太極珠宫七寶府五
靈鄉玄元里下治兆身玉帝宫中
上淸眞女姓厥名迴字瑯類長六寸六分著
青寶神光錦繡霜羅九色之綬頭戴玉寶飛
雲之髻冠玄黃進賢之冠居無上之上崑崙
太幽中宫明堂府九光鄉大化里下治兆身
天庭宫中
太極帝妃姓玄名虛生字伯無長七寸七分

著玄羅流光五色鳳文之綬頭戴七寶玄雲
之髻冠無極進賢之冠居元景之上太清極
玄宮中玉房府三丹鄉丹元里下治兆身極
真宮中
太上君后姓運名含孩字合延生長三寸三
分著七寶飛精玄光雲錦霜羅九色之綬頭
戴九玄玉精頽雲之髻冠玄黃無極三寶玉
冠居太清九玄之洞無極真宮丹精府雲光
鄉玄玄里下治兆身太皇宮中行玄丹之道
守三一之訣當常存四宮雌真一之神衣服
○形影名諱鄉居所在此寶經之上篇以傳見○
成真人者始學不得參問其要素靈所祕不
行於世凡受上真之法三寶神經雖通靈究
幽不知雌真一之法亦萬無成矣故太上標
其重禁格於輕淺不載於紙墨有者宜審實
內心然後受焉每以正旦月朔及太歲本生
日沐浴清齋燒香入室東向存思四宮雌真
一之神鄉居姓名服色長短如上法畢當叩
齒十六通祝曰
太陰真神號曰女靈含景九玄乘真隱冥日
吉天朗含齋上清心念目矚洞鑒神形還守
宮宅玉華芳盈五色變化流黃紫青運致飛
霞上造帝庭畢咽氣三十六過止如此則九
年面生玉華金真映光神見軀形與兆共言
子既見神心知而已慎勿妄傳也
此四宮雌真一之神是天元始生之陰官受
號帝妃也始其元氣未立五政未開光景未
通氣極虛元無上無下無外無內無左無右
無前無後太上之元精玄始之妙真虛極之
先結氣而凝混化萬物天地得存皆由於四
○真也能有至心存思者千齡不知老九天之○
中萬神同壽也

金闕帝君三元真一經訣

脩子受之東海青童君太上曰真人所以貴
一為真者上一而已一之所契太无感化一
之變通天地冥合是以上一為一身之天帝
中一為絳宮之丹皇下一為黃庭之元王並
監統身中二十四炁炁以受生生立一身上
應太微二十四真真炁徊和品稟成形玄神
混分紫房杳冥大氣者結虛煙而成神也神

者老三一以自生也變化者三一之所造得化者皆由神之自陽混黃相成得玄之極故三一元君各有眞炁眞炁結成目爲千乘萬騎雲車羽蓋常以內入紫宮以登玉清列錄元圖化胞保胎三一養身得爲眞人飛行九霄受事高上所以一之所濟者乃生乎天地非但行飛蠕動小事而已子若能守之彌固則精應感暢精應感暢則三元可見三元可見則白氣鬱變白氣鬱變則混分自生混分自生則千乘萬騎忽然至矣於是羽蓋可御○

○雲車可乘白日昇天上造太微實三一之玄功精感之所會也太微中有二十四氣混黃雜聚結炁變化有時忽爾而分焂然而生也化炁中有二十四眞人結虛生成不由胞胎皆三一帝皇之神炁所以致分道變化託玄立景矣既能守身中三一則天上太微中三一帝皇之眞君而降見於外與子面言矣身中復有二十四眞人亦身精光與炁所分化而變萬化若雲車來迎合炁最景以登太微二十四眞人俱與身中神明合宴於混黃之中共景於紫房之內託形炁於千塗迴老反以返嬰改死籍於北酆壽長存乎帝鄉出入玉清寢止太微又兼行帝一太一五神及三五七九之事兼行之者一神之感易致也紫房須守一爲根本守一須守紫房爲華蓋故三一三素相須也而紫房六合相待也雖其居不同而致一之用俱濟也子善思而存之則三一之事畢矣若單得受一道者則三元不備但注心於一亦可長生不死得入太清而已不得遊宴太極北登上清之宮也上一

○眞帝之極也中一眞皇之至也下一眞王之○

妙也天皇得極故上成皇極地皇得至故上成正一人皇得妙故上成衆妙之君三皇體眞以守一故一無藏形仙人尋眞以求一故三一俱明一無藏形其眞極也三一俱明得一而明已其眞既極三一既明得一而生也夫眞守一者當令心寂神凝體專求感所以百念不彝精意不散但三月內視注心一神則靈光化生纏綿五藏若其注念不散專炁致和由朴之至也得一之速也若華僞僭起

競心亂生故一不卒見神不即應非不卒見即應由存之者不專思之者不審是故積年之功罔有暘歸也若能心濟達感縱心無勞亦必三月之精思與一混合者也

太上告曰三元者九天之玉眞太上之正道也胎根之所生六合之所存故正一大道以出眞帝正道玄眞以生大神離合五化萬化忽成三元解變則一之所生也故變氣布結神得以靈衆眞歸一而玄功成爲此正道之宗祖元氣之根始也散之於無則白氣杳合○養之於形則長生永久夫三一之法觀道備於三元其道奇妙總括靈篇天人仙皇握寶神經第一之訣大洞眞經三十九章第二之訣雌一合變大有妙經第三之訣洞眞玄經三五七九號太上素靈是故上一帝君寶洞眞經中一丹皇寶雌一大有妙經下元一王寶太上素靈洞玄大有妙經此之三文眞道之至精一神之玉章並是天眞之禁訣也高上之秘篇兆守三一得吾三經即能乘雲上昇太清洞觀無窮遊宴紫庭微哉深矣難可

文宜守一所生三一見矣既見三一可求此經當必授守三一之法皇天上清金闕帝君眞書之首篇衆眞之妙訣子而守一一亦守子子而見一一亦見子一須身而立身須一而生子身進退千端萬事常當念一飲食念一喜樂念一哀感念一疾病念一危難念一履水火念一乘車馬念一有急念一人之念一擧止矚目念亦多矣思念必專不專無益矣患人有志不固固不能久知一名字而不能守守不能堅志志不能苦思念無極多有○諍心不能常守故三一去則正氣離失失正氣者故氣前故氣前死日近也俗人學道多尋浮華不信眞一爲貴初有其志後必變敗由用志不一邪氣來入故也守一之戒戒於不專專復不久久不能精精不能固固而不常則三一去矣爲空宅爾空宅無主其身安久矣

太上告曰氣結爲精精感爲神神化爲嬰兒嬰兒上爲眞人眞人昇爲赤子此一眞之也天有三玄謂日月星也亦爲三精是用長生

人有三寶三丹田也亦為三眞是用米存靈寶經曰天精地眞六寶常存此之謂也兩眉間上卻入一寸為明堂卻入二寸為洞房卻入三寸為丹田泥丸宮卻入者卻就項後之背向也丹田泥丸宮正四方面各一寸紫氣衝天外映照九萬里北斗七星以魁為蓋以杓柄前指外向也變化大小飛形恍惚在意存之上元赤子居中在斗蓋之下赤子諱凝天字元先位為泥丸天帝君其右有帝卿一人坐相對是齒舌腦之精神化而生也上入為帝卿君諱肇精字玄生此二人共治泥丸○中並著赤繡華衣貌如嬰孩始生之形天帝君執上清神虎符帝卿執大洞眞經坐俱外向或相向也內以鎮守泥丸面目齒舌兩耳鼻髮之境外以振威六天萬鬼凶惡魔也三魂七魄五日一來朝而受事焉心為中丹田號為絳宮鎮心之中央正四方面各一寸朱煙參天外映照三萬里變化恍惚在意存之中元眞人居其中諱神珠字子丹位為絳宮丹皇君其右輔皇卿一人是五藏精神之結化也入絳宮為輔卿諱光堅字四靈此二人共治絳宮中並著朱錦衣貌如嬰兒始生之形丹皇君左手把太清經輔卿君執大有妙經八景章坐俱外向或相向也內則鎮守筋骨五藏血肉之境外以震折萬邪之不祥養烝安神長生久視飛仙太霄三魂七魄三日一來朝而受事焉臍下三寸號命門丹田宮下元嬰兒居其宮四方各一寸白氣衝天外映照七萬里變化大小飛形恍惚在意存之下元嬰兒諱胎精字元陽位為黃庭元王其右有實鎮弼卿一人是律氣津液之神結煙○昇化也入在丹田宮弼卿諱歸明字谷玄此二人共治丹田下元宮並著黃繡羅衣貌如嬰孩始生之狀黃庭元王左手把太白星右手執玉晨金眞經弼卿執太上素靈經丸庭生景符坐俱向外或相向也內以鎮守四胎津血腸胃膀胱之府外以消災散禍辟卻萬邪三魂七魄一日三來朝而受事於王矣守一之法立春之日夜半之時正坐東向服氣九過咽液三十五過畢乃存北斗七星冉冉

來下我頂上却向天以杓柄正向前指東也存陰精真人二星規洎頭頂上陽明玄冥二星却在上也陽明陰精二星在後而玄冥真人在前面於是躡躡存念位定又思三一之尊君忽見變生共出在斗魁之中須臾三卿君復生如三尊須臾見六人俱登玄冥綱行東去達天關而止俱向我口又存見上元手扶上卿中元手扶中卿下元手扶下卿也我乃咽氣一通良久上元二人從氣中來入我口上昇還泥丸宮次咽氣一通良久中元二人從氣中來入我口中歸絳宮次咽氣一通良久下元二人從氣中來入我口中咽入下丹田中存天關星令去口七尺星在口前三元入我三宮中都畢乃精念真一各安所在坐卧思之在心心有所願事事心啓之所求者亦心啓求之存思唯令靜寂若寢室內晝日亦可存思

立春存三一東向如立冬精思

立夏存三一南向如立春精思

立秋存三一西向如立夏精思

立冬存三一北向如立秋精思

存思三一各安其宮畢乃微祝曰

五方命斗神致七星三尊凝化上招紫靈六神徘徊三宮丹城玄通大帝下洞黃寧夫真保衛召引六丁神仙同浮乘煙三清四體堅鍊五藏自生

雲笈七籤卷之五十

宋朝散大夫尚書屯田員外郎充集賢校理臣張君房上進

秘要訣法 行持事要

八道命籍

八道命籍一名八間一名八達又名八解纏綿釋結謝罪延福妙經太素三元君受於自然之章封於太上靈都紫房之內金章玉華三百人侍衛典香東海小童四極真人西城王君封於峨嵋之山西室之中萬劫一傳有玄名帝簡紫字青宮玉藏之人千年之內聽得三傳上學之子不得此文虛因山林終不得道所謂八道者日月四時八節所行也日行赤道月行黃道黃赤二道陰陽之所恒行至於立春春分日月行青道二（出黃道東）立夏夏至日月行赤道二（出黃道南）立秋秋分日月行白道二（出黃道西）立冬冬至日月行黑道二（出黃道北）此八道也日月行八道之日各有變化翔飛瑞動含炁之流草木飛沉隨緣感應改故易新輕者或更重重者或更輕善惡迴換炁象之運自然而然上學真人因變行化習吉除凶進善黜惡申明禀間入正治邪練偽成真屬思登聖真法高妙玄道玄通故曰八達至極無窮矣

一道命籍立春清朝北望有紫綠白雲者是太上三元君三素飛雲也正存之叩頭搏頰各九心禮四拜再密呪曰

曾孫名今日幸遇三元君出行願得長生侍給輪轂餘所言隨人意也某病乞差某厄乞度某災乞消某事乞果三見雲輦白日昇仙不須復存思千百所施為行此必有仙錄是故謂之八道命籍也

二道命籍春分夜半子時東北望有玄青黃雲是太微天帝君三素雲也存思密呪皆如上法

三道命籍立夏清旦北望有紫青黃雲者是太極上真君三元內宮真人三素雲也存思密呪皆如上法

四道命籍夏至清旦南望有赤白青雲者是扶桑大帝君三素雲也存禮密呪皆如上法

五道命籍立秋清旦正西望有白赤紫雲者

是太素真人天皇白帝君三素雲也存禮竅
呪皆如上法
六道命籍秋分清旦南望有素赤黄雲者是
南極真人上皇赤帝三素雲也存禮竅呪皆
如上法
七道命籍立冬清旦西南望有緑紫青雲者
是上清真人帝君皇祖三素雲也存禮竅呪
皆如上法
八道命籍冬至清旦正東望有朱碧黄雲者
是太霄王妃太虚上真人三素雲也存禮竅○
呪皆如上法
右八道命籍之日月未至一二日先沐浴燒
香以待至日依時出望一食頃還室陰雨則
不望非其日忽見此雲禮呪如上三陪勝於
其日也凡先身今身前世今世罪結不除讃
謝不的原怨賂遲功行難進魔試不知多致
退落衰老易至求昇難期一去長夜幽苦未
央上學之士悟此驚心誓志仰慕感玄微靈
能得命籍的斷罪根解釋惡結滋長善源群
邪不敢干得真必速歸念密修即有驗矣

八道秘言

閑心靜室寥朗虛真逸想妙觀騰躍玄人苟
誠感上會精悟輝晨亦將得見丹景之炁三
素飛雲八輿朱輦紫霞瓊輪上清淨眄徊響
三元高皇秉節靈童擧轡太素擁蓋南極臨
軒於是寘光外映濛蔚龍顏象燭太虛流逸
七觀也子能見之則白日昇晨不煩凝霜濯
華玄映金丹也
一道秘言曰以八節日清朝北望有紫緑白
雲者是爲三元君三素飛雲也其時三元君
乘八輪之輦上詣天帝子候見之當再拜自○
陳乞得侍給輪轂之祝矣三見元君輦者則
白日昇仙
二道秘言曰以八節日夜半東北望有玄青
黄雲者是爲太微天帝君三素雲也其時太
微天帝君乘八景之輦上詣高上玉皇也四
見天帝之輦者則白日有龍轝見迎而昇天
也
三道秘言曰以甲子上旬戊辰已巳之日清
旦西北望有紫青黄雲者是爲太極真君真

人三素雲也其時太極眞君太極眞人乘玄
景緑輦上詣紫微宫九見太極輦者則白日
昇仙
四道秘言曰以甲戌上旬戊寅己卯之日清
旦東北望有赤白青雲者是爲扶桑大帝君
三素雲也其時扶桑公大帝君乘光明八道
之輦上詣太微宫七見之者則白日有雲龍
見迎而昇天也
五道秘言曰以甲申上旬戊子己丑之日清
○旦正西望見白赤紫雲者是爲太素上眞白○
帝君三素雲也其時太素上眞人白帝君乘
倫倐玉輦上詣玉天玄皇高眞也十四過見
之則白日昇仙
六道秘言曰以甲午上旬戊戌己亥之日清
旦正南望有素赤黄雲者是爲南極上眞赤
帝君三素雲也是時南極上眞赤帝君乘絳
琳碧輦上詣閬風臺十過見之則白日昇仙
七道秘言曰以甲辰上旬戊申己酉之日清
旦西南望見緑紫青雲者是爲上清眞人三
素雲也其時上清眞人乘玄景八光丹輦上

詣高上九天帝君四見之者則太一來迎白
日昇仙
八道秘言曰以甲寅上旬戊午己未之日清
旦正東望有朱碧黄雲者是爲太虚上眞人
三素雲也其時太虚上眞人乘徘徊玉輦上
詣太微天帝君十五見之者則白日昇仙
右八道秘言見者當再拜自陳如上法三素
雲各自有色色氣上下相沓積如所次説也
假令八節日見三元三素雲者則紫雲在上
○緑雲次之白雲在下共相沓也子謹視之上○
旬者謂甲子之日初入月上十日之内有甲
子日是也非其時日而見此雲者亦當拜祝
則三倍於其日見也他日劾於甲子矣行九
眞司八道之事者則天人衛護眞皇守其命
骨矣夫非有仙名玉籍者亦不能遇此經見
之者皆玄書宿名應爲仙人故也七百年内
聽得三傳施行此道者勿令人犯其履屐弄
其巾褐也七魄變成龍虎守人地關伏於屐
履之下三魂化成靈光之雲映其巾中若有
犯之者則心震意惕惕然自失所以神爵魂

散精光翳滯也常慎之侍書有玉童玉女各
七人言白有經者之功過攝萬邪之不祥若
子視文皆燒香於左右面也傳授之時對齋
四日立誓委盟爲不漏不宣之約須得其人
然後乃可付耳違科負盟七祖父毋受拷於
玄都地獄身死下鬼如四極明科太虛眞人
南嶽赤松子曰此經或名九素上書或名太
極中眞玉文或名八道金策按四極明科受
書皆立誓約盟不傳泄以代歃血割髮之信
驗也其受九眞太上眞文䝉白素九十尺其
○受八道秘言黃老隱法䝉素絲八兩其受太
上鎭生五藏雲腴之法䝉金縱容珠二枚以
爲閉密藏之誓若有違盟泄露如神州四極
法晉永和七年歲在辛亥十月四日丁巳夜
受劉君九眞中經八道秘言齋盟如法

太上曲素五行秘符太極左仙公撰

太上告後聖金闕帝君曰元氣分判天地開
張陰陽貫位三五成官玄置六甲化生五行
金木水火土總御中元以炁相生混合成眞
後學求仙不知道源徒勞存思損疲形神積

涉無感望道泯泯夫欲尋本當歸其根失根
求生萬不得全今欲抄集上皇玉文出以相
告子擇賢而傳其法寶秘望不在言可依明
科承而奉焉

太上五行秘文與天地同生混仙萬眞總御
神靈天無五行則三光不明地無五行則山
崩嶽傾人無五行則身朽零故五行混合相
須而生若有志心當尋眞名旣受其法天地
同根呼魂招魄保命役神修之九年克登上
仙夫受曲素訣辭學上眞之道當知五行父
母眞君內諱存以招魂召以制魄魂魄長存○
眞神總歸宮宅備守形身使得反於自知若
此克遂遊宴玉清與炁合眞矣

凡修此道當以甲乙之日入室燒香東向存
思甲父乙母二眞之神父諱青嬰冠九玄碧
寶玄冠衣翠羽章衣手執青精保命秘符母
諱浩先頭作頽雲之髻著飛青錦帬手執化
生丹霞符二人以玄符授我身便叩齒九通
呪曰
眞君父母化生二靈三五反眞與元合冥外

攝遊魂內固魄精長居宮宅無離我形長與三元同保玉清畢服符又叩齒九通嚥液三過止修此九年洞覩無窮徹視遠闇逆知吉凶

丙丁之日入室燒香南向存思丙父丁母二眞之神父諱樞戶冠朱陽通天寶冠衣絳章之衣手執朱明保身長存秘符母諱納靈頭作飛雲之髻衣丹羅飛帬手執中原黃精秘符來授我身便三呼二眞內諱呪曰

陰陽變化二景生眞玉靈反魂拘魄鎮神三○五混合無離我身符保日月三景齊晨畢服○符又叩齒九通嚥炁三過止修此八年眞靈降見雲轝來迎

戊己之日入室燒香向西南存思戊父己母二眞之神父諱長御冠黃華三寶玄冠衣黃章單衣手執中元度命秘符母諱來生頭生二角頽雲髻著黃錦飛帬手執金兕自然秘符來授我身便三呼二眞內諱呪曰

中元玄紀攝御四方化生五炁混合帝房拘魂御魄與形合同長保天地歷劫無窮服符畢又叩齒九通嚥液三過止修此十二年徹見八方身化金光乘虛太空

庚辛之日入室燒香西向存思庚父辛母二眞之神父諱啓明冠九元碧寶玄冠衣素羽衣手執素靈召神保命秘符母諱德紳頭作飛雲之髻衣素錦飛帬手執玄陰生形上化秘符來授我身便三呼二眞內諱呪曰

金精玄注結炁九靈流眞混合催養身形使我魂魄安鎮黃寧飢食三元渴飲玉精乘虛駕浮遊宴紫庭仍服符畢又叩齒九通嚥炁○三過止修此六年得駕景霄晨出入紫房

壬癸之日入室燒香北向存思壬父癸母二眞之神父諱玥靈冠玄晨之冠衣皂紈單衣手執通靈長命秘符母諱法勞頭作頽雲髻衣玄錦飛帬手執飛仙騰化秘符來授我身便三呼二眞內諱祝曰

上有九元化生陰陽五行參差金剛反強三晨寶耀冠我衣裳五色流黃天關開張上昇玉清出入帝房乃服符畢又叩齒九通嚥炁九過止修行五年洞視無涯逆知吉凶乘虛

駕浮上昇霄晨

玉珮金鐺 黄素書附

上靈元年正月一日六元合慶甲子直辰元始天王與太帝君共乘碧霞流飈紫輦上登九玄之崖無色之端徘徊洞天逍遥極元流眄縱體適意浮輪有青鳥來翔口銜紫書集於玉軒奉受記文曰玉珮金鐺大極金書玄真洞飛二景寶經二君以金青盟天杲受上真鑄金爲簡刻書靈文使龜母按筆太一拂筵處以雲錦之囊秘於鬱森之笈封以玉清○三元之章付仙都老公侍仙羽郎藏太素瑤臺玄雲羽室玉珮者九天魂精九天之上名晨燈一曰太上隱玄洞飛寶章處於玉清之館太霄之中結青陽之炁靈照九天青光沌沌洞照三元之臺色如青玉形如月圓内有空玄玉臺紫殿則魂精帝君處在中央太霄隱書云玉珮玄臺南軒之文經曰欲求長生宜先取諸身月華月精日霞日精左迴玉珮右把金鐺二景纏綿雙神安康上行太極下造十方堅存玄真寳固靈根玄谷華嬰灌映沉珍洪月咀日以入天門金鐺仰注玉珮執關青白分明通我泥丸寶液閉精鍊柔身形三君備衛丹絳之裙珠繡華帔飛錦青裙帶月銜日首建紫冠安坐明堂陰以七元黄庭戊己塞鎮邪源恭司二子無莫白元挑康三老當我生門通徹五府十二之綸吐納六宮魂魄歡欣却此百病辟熱除寒二景纏絡萬神内歡有明其文飛昇南軒把金鐺玉珮入景玄光九天同靈玄母齊房陰哺陽導明色解容位刻丹室名題帝宮三周九度與運混同此玉佩寳文太極玄真之經也能修之者○皆飛行太虚遊放九清白簡結録東華書名西王母令刻書此於崑崙之山玄圃之室自非清虚之質不得窺參矣欲騰九清宴南軒迴玉珮於明堂引金鐺於泥丸降魂真於晨燈招飛景於帝君凡行此道常以暮臥兩手撫心閉目在景存玉珮青陽之氣光色沌沌如月之圓靈映兆身洞達一形魂精帝君姓開明形長九寸頭建紫冠杖珠繡華披衣飛錦青帬帶月銜日乘御青烏在青光之中下

降兆身安鎮泥丸兆當叩齒九通嚥液二十
七過陰呪曰
玄元太靈九天魂精晨燈朗映結炁光青琥
曰玉珮洞耀太明帶月銜日建符執鈴華光
流煥七音天蓋冥乘空控翮丹幰紫軿先晏三
元迴降我形鎮在泥丸下流黃庭撿魂束魄
萬鬼安寧五藏結絡九穴華榮八景騰飛外
入玉清畢以手相摩令熱拭目二七過嚥炁
三過止便卧如此則魂安魄寧萬神鎮宮內
固靈炁外塞邪源八景變化鍊真變仙行之○
九年克能洞觀幽冥達究未然坐在立亡與
神對類一十八年通成真降飛行上清學無
此法則三魂不守七魄不寧三尸飛翔九蟲
奔驚攻伐形內來邪通精神炁散遊體不潔
清徒勞嚥液損炁喪靈有得此道克成長生
寶慎密修命胡可傾金鐺以九天魄靈九天
之上名曰虹映一曰上清華蓋陰景之內真
處上清之館太霄之中結白煙之炁靈映九
天白光爽爽洞觀上清色如白雲形如玉山
上有瓊林之宮則魄靈帝君所處太霄隱書

金鐺之經於玄臺北軒之內文曰欲求飛仙
當鍊魄靈魄靈魂精九天俱生二景纏綿雙
神洞明右迴金鐺左旋玉鈴流光紫虛耀真
上清飛行太極下造八冥堅存玄真保固華
嬰日月交灌玄谷益盈玉珮金鐺青白分明
鎮我明堂魂安魄寧是謂華蓋九天帝靈紫
繡珠帔飛羅丹帬帶日銜月首建華精安坐
明堂陰以七星上降陵梵務猷黃寧三老帝
尊固我長生通徹胃管六府五庭虹映纏絡
萬神衛形有得其文飛昇上清此金鐺寶文
○上清陰景之內真能修之者皆上步霄霞遨○
遊太極寢宴九空遊行紫虛也西王母令刻
書此文於崑崙山積石之陰自無玄圖帝簡
錄字丹臺此文不可得而披也夫欲騰景九
霞之上運身上清之中迴金鐺於泥丸引玉
珮於明堂降華蓋於虹映招飛景於帝君者
常以雞鳴天光未分之時叩齒二十四通思
金鐺白雲之氣光色爽爽如玉山映靈兆身
洞達一形魄靈帝君姓睥諱闓元形長九寸
頭建華冠披紫繡珠帔飛羅丹帬帶日銜月

乘白翮之鸞在白光之中下降兆身入明堂
之中便引炁二十四嚥陰呪曰
九天晛靈元始上眞虹映峨峨白光玉山號
曰金鐺天帝之神帶日銜月迴轡白鸞上宴
玉清出入三元迴降我形安鎮靈關拘魂御
魄萬神自歡五內生華靈秀玉顏策雲飛行
上昇帝晨畢摩兩掌令熱拭額二七過捻兩
目後二七過嚥液二七過止此則金鐺下映
帝君安鎮萬神總歸身生光明行之九年之
內飛行上清矣
○又當以月一日及甲子太歲本命之日清齋○
入室白書九天晛靈太霄陰符於青紙上夜
半向東方叩齒二十四通誦金鐺之經一遍
存金鐺白氣之光當奕奕洞明如玉山靈映
兆身洞匝一形兆引白光二十四嚥止服太
霄陰符微呪曰
玄陰七雲九天晛精玉山奕奕虹映上清金
鐺玉珮與天同生二景纏綿下降我形列奏
丹臺刻書紫名得乘飛輿流黃鬱冥飛空騰
虛昇入洞庭上享無極與天齊靈畢摩兩掌

拭額三九過手按目外眥一七過又嚥氣三
七過止
黃衣童
華陽諸洞記曰黃衣童者卽玉珮金璫之官
耳凡坐上常有一人共坐彷彿者卽太極眞
人也時或往來蓋受行玉珮金璫經者自然
致太極眞人耳噫云服九靈日月之華得降
我太極之家此之謂也凡修太霄之道存迴
金璫玉珮之法當兼日月之精以鍊五胎之
神招日中五帝月中五夫人二景玄映下降○
我形使面有玉澤體發奇光內外洞朗心聰
目明於是玉珮可挹金璫可旋也魂晛帝尊
將憩子之房晨燈虹映之光將可立昇也
流金火鈴 攝威大祝附
流金火鈴以太上大道君遊宴之圓光上徹
九天之威下滅六天之凶玄光靈映道君之
項流照八極四十萬里三天立正之初罷除
六天之始以傳太微天帝君神文藏於瓊宮
玉房之內靈光自明煥赫上清飛龍毒獸莫
其側紫雲玄暉盖其巔玉華之女金眞之童

各三百人典衛靈文散香虛庭積七千年化
生五符光徹八方因有五方營衛之官太微
天帝君以傳金闕後聖道君後聖道君以付
上相青童君使授諸爲眞人者佩遊上淸學
眞之夫而無流金火鈴項生圓光皆不得上
登三光若有金骨玉質玄名青宮得受此文
佩之而行諸天諸地四海五嶽平天衆聖仙
官莫不稽首來迎淨光駭動所制不輕三元
立遣玉女玉童三十六人侍衛其身佩之九
年得乘八景玉輿飛行太空流金火鈴者九
○星之精一名圓光太上之威華生於九天之○
先結氣成文光明煥赫徹照十方懸精垂耿
太上之項積七千年化生五鈴神符玄降太
微天帝君威攝八極天之魔神布之寶庭率
天以下莫不總統太上大道君寶祕此道告
下普天主司眞仙糺察輕淺有眞仙之才得
佩此符不係玄科而輕付非眞穢慢靈文皆
七祖受殃考及先師同充鬼官以紫繒二尺
二寸朱書戴之頭上若有金名玉骨得佩此
文皆宿命應仙佩符之身出入遊行恒當存

想己身項上有圓光映照四十萬里之外九
年之中勤心念眞淸齋篤志克得眞靈下降
圓光自明乘空而行坐在立亡

五鈴登空虛保仙上符在本經

流金火鈴內存振威大祝

修佩流金火鈴出入遠近經履危險寇病之
中兇害之下當存眞光以自衛開道萬里之
路發行之始正向其方叩齒二七通咽炁
三十六過思所在之處形象山林草木人民
禽獸神靈分明朗然皆來朝拜我身思北斗
○七星覆我頭上仍存我左目爲奔星右目爲○
迅電其光煥赫奔星九萬里外所見之道路
隨光開通山林草木人民屋宅兵寇鬼炁盡
令消滅無復孑遺四道豁然因祝曰
前開後閉天平地昇神公出遊四道開張當
令天地通我橋梁前後左右洞達八方我左
擲奔星右迅電光流大萬里何妖敢當太一
將送萬神來迎有所之向靡不吉良乘雲駕
虛上昇太空畢引二目之精各還其宮左取
七炁右取七炁炁之畢如此可以冒嶮陟艱

攻鬼伐兵炁無不應應響盈然其法至妙不
得妄傳口口相授而已明慎之焉
五帝流鈴五符威制極天之魔召攝五方神
靈上應五辰參落七元下應人身九孔七明
周天竟地靡有不關無幽不測無細不鑒有
符則光見擲符則振威子若佩之口受師言
若在人間遇惡鬼之地當作振威大祝壯向
閉炁十二息思五方炁覆冠一身內外瞳冥
覩無所見因叩齒三十六通嚥五方炁方各
三嚥炁徐盡入兆身存我兩目童子光如流
○星煥落五方便祝曰
天元七精五帝流鈴煥擲電光如天奔星光
耀十方照鬼真形有何小妖當我生門太上
有命誅戮無親屠肝剝腹絕鬼滅精千千皆
摧萬萬皆傾神威吐祝攝錄無停便嚥炁三
十六過止如此一祝則五方神官皆保甲令
卒攝錄所在有靈之炁束縛詣庭三祝則鬼
王滅種若入五嶽周遊山川冒嶮履峻皆當
未及其處五步叩左齒三十六通若之東嶽
便存東方青帝希林珠官屬九千人衛我前

後左右以青霞之炁羅冠我身若之南嶽當
存赤帝丹玄子官屬八千人衛我前後以絳
雲之炁羅冠我身若之西嶽當存西方白帝
少皓靈官屬六千人衛我前後以素霞之炁
覆冠我身若之北嶽當存黑帝玄冥皓官屬

五千人衛我前後以皂雲之炁覆冠我身若
之中嶽當思黃帝執中元官屬萬二千人衛
我前後以黃雲之炁覆冠我身畢祝曰
乾元耀靈七星玄精五斗華蓋鏡絡我形五
色飛霞混合交并身佩七元流金大鈴煥擲
○無方極天鬱冥五帝神官驅策天兵為我攝○
制山川土地千鬼萬靈皆來東首自送真形
前誅後戮所捕無停畢如此一祝天魔滅迹
萬鬼來朝遊行五嶽履涉山川無復試難之
患五嶽仙官自奉送五芝玉英來給于身若
在軍寇之中懸白刃之下厄難之處當叩右
齒十二通存七星覆我玄光洞映周匝一體
存肝為木星出在左肺為太白星出在右心
為熒惑星出在前腎為辰星出在後脾為鎮
星出在胃土令五星精炁纏繞前後我身居

斗魁之中五星之下又思五帝神官衛我左
右祝曰
天爲我屋地爲我床五嶽山河爲我橋梁玄
斗元精爲我衣裳藏身七元之內流大之鄉
度我者太一務猷過我者白元無英災不能
干兵不能傷當令我身上詣金闕九老之京
畢如此在厄之中無終之命便得解脫矣

雲笈七籤卷之五十一

雲笈七籤卷之五十二　職二

[illegible]張君房[illegible]

雜要圖訣法

九真行事訣

三月三日五月五日以東流水沐浴燒香於
左右畢向王氣再拜心祝曰
太上高真九靈之精使我飛仙登於紫庭沐
浴華池身神澄清精通太虛五藏自生
第一真法平旦按手兩膝上閉氣瞑目內視
存天精君著朱衣巾丹冠坐在心中口出紫
炁以遶心外九重因叩齒九通嚥液九過祝
曰
天精大君來見心中身披朱衣頭巾丹冠左
佩神符右帶虎文口吐紫華養心凝神赤藏
自生得爲飛仙
第二真辰時按手如法存堅玉君著素衣巾
白冠入坐諸骨中此謂分形存之無的所行也口出白氣以遶骨九重乃叩齒九通嚥液
九過祝曰
堅玉大君來入骨中身披素衣頭巾白冠左

佩龍書右帶金真口吐白氣固骨凝筋白骨不朽筋亦不泯百節生華使我飛仙

第三真巳時按手如法存元生君著黄衣巾紫冠周旋血脉津液之中口吐黄氣纏繞孔脉之外九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

元生大君周灌血樞身披黄衣頭巾紫芙左佩虎籙右帶龍書口吐黄津固血填虚精盈液溢九靈偕居使我飛仙天地同符

第四真午時按手如法存青明君著青衣巾翠冠坐肝内口吐青氣繞肝九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

青明大君來入我肝身披青衣頭巾翠冠左佩虎章右帶龍文口吐青氣養肝導神青藏自生上爲天仙太一護精抱魄撿魂

第五真未時按手如法存養光君著緑衣巾蓮冠坐脾中口吐緑氣繞脾九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

養光大神來入脾中身披緑衣頭巾蓮冠左佩玉鈴右帶威神口吐緑華養脾灌理黄藏自生上爲真人

第六真申時按手如法存白元君著龍衣巾黄晨華冠坐肺中口吐五色氣繞肺九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

白元大君來坐肺中身披龍衣黄晨華冠左佩玄書右帶虎文口吐五氣理肺和津白藏自生飛仙紫門

第七真酉時按手如法存玄陽君著紫衣巾芙蓉冠化形並入兩腎中口吐蒼氣繞腎九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

玄陽大君入坐腎中身披紫衣頭巾芙晨左佩龍符右帶鳳文口吐蒼華灌腎靈根黑藏自生身爲飛仙北登玄闕遊行大關

第八真戌亥時按手如法存含景君著錦衣巾紫冠坐膽中口吐五色氣繞膽九重乃叩齒九通嚥液九過祝曰

含景大神來坐膽中身披錦衣頭戴紫冠左佩神光右帶玉真口吐五氣養膽强魂和精實血理液固身使我上昇得爲飛仙

第九真子時按手如法存無英君著龍鳳衣巾紫華冠坐洞房中口吐紫色氣繞頭九重

又吐紫氣繞兩目內外九重又吐紫氣繞右
九重又吐紫氣繞齒九重凡四過系各各見
令乃叩齒三十六通嚥液三十六過祝曰
天昌祖君帝皇元神鎮守紫房宮在泥丸黃
闕金室混為九真龍衣鳳帔紫華青綠手把
黃符頭巾華冠左佩金瑛右帶虎文下坐日
月口吐紫煙周氣齒香朝流眼辰出丹入靈
呼魄召魂凝精堅胎六合長惟上登太微列
補仙官
凡行九真之道四十年五藏自生上登上清
若長靜山林可日日行之也

昇玄行事訣

一日三日五日禺中若夜半入室北向正坐
按手定氣臨目存北斗九星星紫色綱赤色
形大小隨意忽來入頭泥丸中脰魁向上杓
指前魁中有鬼神名奇劒字靈綱著紫羽帔
丹錦裳巾芙蓉冠手把流鈴坐向外良久乃
嚥液五十過叩齒九通以左手第三指捻兩
眉中央微祝曰
太上紫暉九通之尊畢亘七落迴曜萬晨動
御高靈靜和景雲陰陽流灌三氣中分遊濟
無外煥明衆天令月啓辰來登泥丸元精結
感化為大神名曰奇劒厥字靈綱正坐斗中
遊我明堂鳳羽紫帔虎錦丹裳左帶玉珮右
腰金璫手把流鈴頭巾神光吐氣凝精泥丸
以康魂魄凝和植華柱梁使我飛仙超虛躡
空上造上清策虎命龍北朝玉帝瓊林上宮
西謁太素稽首三元更按手嚥液三十過叩
齒九通又祝乃起北向再拜次西向再拜
七日九日十三日禺中若夜半入室北向正
坐按手定氣臨目存北斗七星來下入心絳
宮中魁在下向外杓指上魁中有神名旋度
字韋康著絳羽帔龍帶虎裳巾芙晨冠項有
圓光坐向外良久乃嚥液五十過叩齒九通
以右手第二指微捻心祝曰
太上紫真九氣中靈包括萬度琁璣煥明飛
霞流曜暉燭玉清玄蓋衆辰陰陽判成四和
交降七緯順生肇月吉辰來映心庭飛光落
景中元充盈六府啓開華液泯平魂魄制鍊
得真之精感呈簡變德化立成忽見大神正

坐安房整氣朝津百節開通琴斗掾魁眄遐
百方其名旋度厥字素康絳羽華帔龍帶虎
裳身充寶曜項負圓光首巾飛晨芙冠低昂
使我飛仙超淨太空上造紫闕北朝玉皇役
使萬神衆靈奉迎心上生華慶雲永昌厥簫
泠泠鸞吹鏘鏘更按手嚥液三十過叩齒九
通又祝乃起南面再拜
十五日十九日二十三日禺中若夜半入室
北向正坐按手定氣臨目存北斗九星來入
臍下丹田中魁在下向外杓指上魁中有神○
○名抗萌字流營著黃羽帔龍衣虎帶巾綠芙
冠坐向外良久乃嚥液六十過叩齒九通以
左手第三指捻鼻人中祝曰
太上紫皇煥朗中樞九瑋炳霄光透太霞萬
靈仰鎮千神植牙七度用明九煙芬葩制陽
表順執陰以和其暉啓陣玄根物羅肇月惟
吉觀映臍內紫氣發霄飛光縱墜鍊我魂魄
華精縈蔚忽見大神上宮靈賁名曰抗萌厥
字流營正坐臍中乘斗九氣吐納雲液平血
理胃黃鳳羽帔龍衣虎帶手啓日根頭巾綠

芙腰流火鈴煥電映無使我飛仙超空躡浮
上造玉房攜帶霄虛役使萬神天地同休更
按手嚥液三十過叩齒九通又祝乃起向本
命再拜
八節日夜半入室北向正坐按手定氣閉目
內視存身冉冉起上飛昇斗魁中思念良久
如覺我身已在斗魁中也又存向三神名字
服色貌如嬰兒並與我同坐我心拜之又存
斗中玉妃名容華字璘倩披錦帔鳳光鸞裙
中紫芙蓉冠在我前坐口吐紫煙入我心中
○良久嚥液八十過叩齒九通左手撫心微祝○
曰
太上丹靈玄光飈煥九鋒啓璇暉氣澄散辰
幽朗燭七曜蔚粲二景奏明陰陽以判四度
用昌雲津回淮八節氣啓上昇九元據斗攀
綱來見三晨問我稽留何不昇仙我即稽首
畏思巳前帝乃赫莊口銜日根左破六天右
蹙酆山流鈴上煥萬魔碎分遂和我魄強我
三魂藏斗內曜九精在心紫霞洞映飛光萬
壽和魄制魂六胎調鍊感精變躍玉妃忽見

坐當我心俯視仰眄其名霧華厥字瑧蒨吐
納朱氣和平百關身服錦帔鳳光鸞裙腰帶
虎籙龍章玉文手執月華頭巾紫冠騰躍太
霄駕景三天書名太素我得飛仙超浮崆峒
乘瓊太元上造朱房徒使萬神紀均二虖遂
返嬰類北帝溉電南帝大陳東蒼啓燭赫赫
雷震西流雙抃鳴音唱鈞四舉超躍膺我玉
真遂乘八景遨宴九煙更按手蕪液三十過
叩齒九通更祝乃起向西北再拜畢行此九
真丹玄存九星之道一十四年飛浮虛元上〇
〇坐上清若長靜山林可日日行之

方諸洞房行事訣

暮卧平枕偃卧小舉左手垂右手正心陰祝
曰
第一太星精名玄樞願某飛仙乘虛駕浮存
下一室書左足前小遶安之
第二元星精名北胎願某飛仙遊行洞臺次
下書左手前把之
第三真星精名極上真願某飛仙得治三玄
次下當頭下

第四紐星精名璇根願某飛仙列為玉名次
下書右手前執之令成魁形
第五綱星精名天平願某飛仙登行上清次
紐星右
第六紀星精名命機願某飛仙名書太微次
綱星右
第七關星精名玄陽願某飛仙得使玉童次
紀星右
第八帝星精名高上玉皇願某飛仙登後聖
之堂次下遶魁中當右足前綱遶紐星
〇第九尊星精名太微帝君願某飛仙得入丹〇
瑤玉房次下當左足前太星內綱遶帝星九
祝畢更分明審存如斗形令一五七二四六
皆相為也安卧其中乃叩齒三七通陰祝曰
九星太精北極真君益我精胎强我三魂左
引日華右拘月精辰中黃景元虛黃真使我
飛仙上登紫煙神氣玉符當守生門萬邪伏
法变形斗君
又存斗星分精別為小斗形從斗戶入洞房
中杓左右魁中有黃老君魂衣黃華繡衣坐

在中央已魂如已服色坐在右相對赤子衣
赤繡華衣坐在左貴赤子血如嬰兒之色使
斗星精光照徹五內百節皆令赤光赫然祝
曰
洞房元精赤子太尊斗光華蓋來照泥丸寶
鍊骨血制魄拘魂使我飛仙乘雲登晨上朝
玉帝太上元君
若月旦存之者當恭思北辰六星起真紐星
間右列又思華蓋二十二星以十一星為網
連真星右列小曲起以十一星為蓋前近闕
○星曲蔭後對網星旦欲起先叩齒二七通嚥○
液二七過陰祝曰
天元上一斗中七童上清紫精在兆身中華
衣紫蓋太素玄宮役聖靈氣下入洞房使我
飛仙行太極金堂
凡行洞房道七年除死籍上生名刻方諸府
十八年九精來下雲車見迎白日登晨常以
月三日二十七日夜寫候北斗魁中第八帝
星高上玉皇神八景靈元君第九尊星太微
玉帝君神太素七晨元君此星紫光煥煥甚

大見者各隨見之名呼之再拜叩頭請乞見
一星增年三百見二星增年六百慎勿傳之
道之所秘也

五神行事訣

雞鳴時向東平坐臨目存青炁從日中來忽
入頭泥丸中泥丸中有兩青煙復各從目中
出變成二童子如嬰兒上下青衣左目名飛
靈在我左右目名晨嬰在我右各吐青炁灌
繞我身洞徹內外極念良久叩齒九通嚥液
九過微祝曰
○東方上靈日炁煥青旦入泥丸鍊腦保形左○
變右化得道之名使我上朝太素紫清
向日平坐臨目握固存日中有兩赤氣來各
入手掌中變成赤童如嬰兒上下赤衣左手
名按生在我左手中右手名方盈在我右手
中各吐赤炁灌入我口中極念良久叩齒嚥
液各九過微祝曰
太陽正真赤雲運煙玉靈化生與我相覩按
生方盈日中之神理仙護形延命億千舉體
合景昇為高仙

晡時向日平坐臨目存日中有兩白氣來入
兩足蹠心中變成二白龍一名飆精在我左
二名欻亭在我右各吐白煙入我兩鼻孔中
遍達肺肺中有一童子如嬰兒上下白衣名
素明子從鼻孔中出在我右立口吐白煙嚮
我面上極念良久叩齒嚥液各七過微祝曰
玉皇飆欻二龍降晨入我兩足化生一身素
明童子左迴右旋和攝真氣養育五神負我
上奔太素寶仙

二十四神行事訣

○平旦平坐閉目內視握固兩膝上叩齒二十○
四通存呼腦神覺元子字道都形長一寸一
分白衣髮神玄文華字道衡長二寸一分玄
衣皮膚神通衆仲字道達長一寸一分黃衣
目神監生字道童長三寸五分青衣項神靈
謨蓋字道周長五寸白衣膂神益歷輔字道
柱長三寸五分白玉素衣鼻神沖龍玉字道
微長二寸五分青黃白色衣耳神名梁峙字
道岐長七寸衣赤衣凡五過存呼各安其所
乃叩齒八通嚥液八過微祝曰

上景八神一合入身擧形道化流變適真千
乘萬騎俱昇帝晨八靈翼體玉華衛身恍惚
十周運造日門又存呼神三過止
次存呼喉神百流放字道通長八寸九色衣
肺神素靈生字道平長八寸一分白衣心神
煥陽昌字道明長九寸赤衣肝神開君童字
道清長六寸青衣膽神龍德拘字道放長二
寸六分青黃綠衣左腎神春元真字道卿長
二寸七分玄白色衣五色無常右腎神象他
無字道玉長三寸五分衣白或黑衣脾神名
○寶元全字道騫形長七寸三分色正黃凡三○
過各安其所乃叩齒九通嚥液八過微祝曰
中景八神九變九飛鍊魄正身明景同暉得
與八神合聲齊威千乘萬騎上登太微又存
呼神三過止
次存呼胃神同來育字道展長七寸衣黃衣
窮腸中神兆騰康字道還長二寸四分黃赤
衣大小腸中神蓮送留字道厨長二寸一分
衣黃衣胴中神受厚勃字道虛長七寸一分
九色衣胷膈神廣英宅字道中長五寸衣白

分兩脅神臂假馬字道成長四寸一分赤白
衣陰左卯神扶流起字道圭長二寸三分青
黄白衣陰右卯神范表明字道生長二寸三
分青黄白衣凡三過各安其所乃叩齒八通
嚥液八過微祝曰
下景八神散景化靈業煙鬱生含元守精魂
魄以安真氣以寧千乘萬騎與我同并先造
太素壯揖上清又存呼神三過止
次存呼道一內神道無馬字道極生長二寸
三分紫色衣凡三過令安坐心中乃叩齒三
十通嚥液二十四過微祝曰
玄上內真養形侍晨總紐攝網九度八旋出
液內精和滙衆神五藏生華返老童顏千乘
萬騎與我昇天上朝太階高揖玉神又存呼
神三過止
日中夜半亦更存如上法若人中多事雖事
者日中可存中景夜半存下景亦佳也夜半
存者當去枕平臥握固放體而存之若月一
日六日十一日十六日二十一日二十六日
夜半存神訖又存兩目中有白氣如雞子在

目前須臾變成兩明鏡徑九寸以前後照我
一體并上二十四神洞鑒分明良久心祝曰
大明實鏡分形散化鑒朗元神制御萬魔飛
行上清帔雲中羅役使千靈封山名河平可
以開眼也
常以庚午日日中取清水一斗真丹一銖投
水中向月建左行三七過攪之祝曰
玄流朱精生光八明身神衆列並來見形徹
視萬里中達九靈東向洗目二七過久行之
得見二十四神行五神二十四神法十八年
千乘萬騎來迎召上造載清

五辰行事訣

夜半清靜坐臥任意臨目視存太白星在玉
璫紫闕在眉上一寸直入一寸陽日在左陰
日在右次存辰星在天中帝鄉玄宮在眉間
直上來至髮際五分直入一寸次存熒惑星
在玉門華房在目內眥際五分直入五分陽
日在左陰日在右次存歲星在洞闕朱臺在
目後一寸直入一寸陽日在左陰日在右次
存鎮星在金匱黃室長谷在鼻人中中央直

入二分星飆隱於上良久令五星出光芒五色煙薰繞一身洞徹內外五色各隨其星之色乃叩齒五通嚥液二十五過微祝曰

高元紫闕中有五神寶曜敷暉放光衛門精化積生變爲老人首巾紫容綠帔絳裙右帶流鈴左佩虎真手把天綱散絳飛晨足躡華蓋吐七鍊身三景保守令我得真養魂制魄乘飇飛仙嚥液三過叩齒三通若別有所願於祝後續言之

○凡此五處各方一寸星如彈丸居中照洞面○體雖隔時存日月象在六合府中日在左月在右光明洞形此在兩目上角小仰高空中棲之叩齒閉目回動在其中是也直入一寸方九分叩齒七通嚥液九過祝曰

大明靈神九度鬱青招霞纖曜灌鍊五形官駕六合七神調平使我飛仙登行上清

右一條南極夫人受於太上高真名鬱蕭冥形隱道行此五辰雙景法十五年五方老人俱下來迎俱昇紫庭

右五辰二十四神事凡五訣

迴元行事訣

丁卯日夜半於寢牀平坐北向按手臨目叩齒七通乃仰存七星煥明北方良久微祝曰

第一太星玄樞陽明天樞魂神上玄君七過願得除某七世以來下逮某身陽罪陰過皆令消除所向如願萬事合心飛步七星與天相傾名刊斗晨廷紀億千

存陽明星從斗飛入口光芒迴散徑在心中內外光徹當存覺七星欻陽明星餘放懸於天地劫也丁丑日夜半如上法微祝曰

○第二元星北極陰精天旋魂神上玉君七過○願得除某七世以來下逮某身陰罪陽過皆令消除六氣盈滿四神用虛飛行七元名刊玉書上登紫清乘玄駕无出入利正與天同符

存陰精星從斗來飛入口徑在肺中鑒洞內外丁亥日夜半如上法微祝曰

第三真星北極上真人天機魄精上素君七過願得除某七祖以來下逮某身生罪死過積惡私匿犯違天地三官者皆得消滅目明

徹視鑒洞幽無飛行七元名書上清役使萬
神上登玉庭觴景來空與天相傾
存真人星來飛入口徑在肝中乃北向再拜
嚥液九過亦可心拜丁酉日夜半 如上法徹
祝曰
第四紐星璇根玄冥天權魄精上虛君七過
願得除某七世以來下逮其身無恩無德不
仁不孝陰惡之罪數千萬許皆令消滅服食
納精日以進益飛登七元錄刋太玄上列玉
皇乘欻九天役使神靈日月同新
○存玄冥星飛來入口徑在脾中嚥液二七過○
丁未日夜半如上法徹祝曰
第五綱星天平丹元玉衡魄靈上君玄皇七
過願得除某七世以來下逮其身內外織罪
秦棗流過數千萬億記在幽關者皆令消除
當令體充氣盈黃鎮胃庭中上刻太素景紫
官右侍玉女左侍玉童日月同暉位為真王
存丹元星來飛入口徑在胃中嚥液二九過
丁巳日夜半如上法徹祝曰
第六紀星命機北極閭陽魂靈上丹皇虛君

七過願得除某七世以來下逮其身所犯所
行賊惡罪過姦逆亂妄刻記帝宮皆令消滅
百痾康愈體氣利正名書仙臺刻金上清役
使萬神飛行大明
存北極星來飛入口徑在臂中陽日在左臂
陰日在右臂嚥液二七過月晦日夜半後未
雞鳴於寢床東向平坐拔手叩齒七通仰存
七星煥明於北方良久徹祝曰
第七關星玄陽天關瑤光太明上皇道君七
過願得除某七世以來闇昧匿罪五罪五形
○身中之神數千萬億紀在北帝鬼官者皆令○
消滅當令其神精八達坐在立亡耳聽絕音
目生紫光刋玉太素洞見鬼形名書帝軒命
均二明飛行七元寢宴紫庭
存天關星來飛入目瞳中陽日在左陰日在
右通映兩眼內外自照存見五藏分明六甲
夜半於寢牀坐臥首向任意握固閉氣定神
良久叩齒九通存北斗九星煥明於頂上令
光芒相映祝曰
第八帝星高上玉皇神八景靈元君第九尊

星太微玉帝君神太素七神元君九過願得除某九世祖父母以來下逮某身諸丘山水源大小罪過名上死籍者陰匿賊惡伏姦藏欺事有億萬列在北帝酆山上死罪條列之愆記在北上九元太極真人黑簿者乞九天元太上帝尊玉玄君皆令罪事消除飛行七道上登玉清洞遊太元乘景晨生北宴入素與日相傾總朝真妃攝御萬靈

存帝尊三星來飛入泥丸中洞照五藏內外通生紫光曜液三九過右六甲六丁日與月晦日同者重行之

右迴元事凡八訣

五帝雜修行乘龍圖

五藏神名

肝東方青其人姓為婁氏字君明衣青衣

心南方赤其人姓為張氏字巨明衣赤衣

肺西方白其人姓為文氏字元明衣白衣

腎北方黑其人姓為玄氏字子真衣黑衣

脾為中央戊己土黃其人姓為已氏字元已衣黃衣知吾者生不知吾者死知五藏神名字與天地通等晨暮有常呼之與言語有病處自令其神治之即差也不與相知不與言語則死矣出黃書西方兵法

肝神名為青龍字慈龍子芳

心神名為豪丘字陵陽子明

肺神名為方長宜字子元

腎神名為雙以字林子

脾神名為黃庭字飛黃子

肝痛思東方青帝君治之不差思身中所出將軍來治之

心痛思南方赤帝君治之

肺痛思西方白帝君治之

腎痛思北方黑帝君治之

脾痛思中央黃帝君治之

東方甲乙者木氣起於肝其氣青中有神人姓為婁氏字君明衣羽衣戴繡冠幘

南方丙丁者火氣起於心其氣赤中有神人姓為張氏字巨明衣絳衣戴繡冠幘帶龍頭紐鎖鄉刃常治太清之中腰帶紫綬能與天皇語

西方庚辛者金氣起於肺其氣白中有神人姓為文氏字元明衣白衣戴緇冠幘
北方壬癸者水氣起於腎其氣黑中有神人姓為玄氏字子真衣黑衣戴緇冠幘
中央戊己者土氣起於脾其氣黃中有神人姓為已氏字元巳衣黃衣戴緇冠幘
膽為長命宮中有神人姓為吳氏字元仙衣黃衣持壯斗此五內之神四面供養之拘魂録魄來附小臣某甲身
○右此五藏神先當靜思之次以上靜文○
東兵守定次之

雲笈七籤卷之五十二 職二

大

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房集進

雜祕要訣法

太上隱書八景飛經八法 并序

九天丈人受太空靈都金真玉光元始天王名之八景飛經虔生太空名之八素上經青真小童名之豁落七元九天太上大道君名曰素書玉訣金章同出於九玄之先自其上籍而四時名焉其道高妙衆經之尊凡行此道不得冒穢入穢觸死生之汙犯此之禁真靈高逝返止上宫施君不至返誤兆身子得○此法慎此為先法曰

立春之日三素元君上詣天皇大帝遊宴之時元景行道受仙之日也兆修金真玉光八景飛經之法當以其日沐浴齋戒清朝入室燒香行禮施捴招靈致其攝魔之符置於四方兆於中央東北向叩齒十二通仰思紫緑白三色之雲東北而廻便心念微言三素元君乞廻神駕下降我身右列我名賜我神仙畢還思東方青微上府始陽宮中元景司空

司錄道君姓葛諱太兕獻形長七寸八分身
著玄黃之綬頭冠七色曜天玉冠足躡五色
之履手執威神之策乘八輿之輪飛龜玄雲
之車驂駕青龍從太和仙童二十三人下治
兆身泥丸宮中乃微祝曰
元景大神玄道迴精上節告始萬炁混生九
微上化迴降我形保固元宮監總帝靈招真
制魔我道威明上致太和玉芝充盈通神徹
視洞觀三清得乘飛景俱昇帝庭畢仰嚥八
炁止此元景之道行之八年則三素之雲八
輿飛輪迎兆之身上昇帝晨所謂八道元景。
招靈祕言不傳非仙之士
春分之日太微天帝君上詣高上玉皇遊宴
之時始景行道受仙之日也至其日如上法
夜半東向叩齒九通仰思玄青黃三色之雲
東北而迴便心念微言太微天帝君乞迴神
駕下降我身上我帝簡賜我神仙畢還思東
方青陽上府玄微宮中始景老子大道君姓
某諱幽究形長九寸身著紫青之綬頭戴九
色通天寶冠足躡九色之履手執命神之章

從太陽仙童三十六人乘八景之輿青雲之
車驂駕蒼龍下治兆身明堂宮中乃微祝曰
始景上元招靈致真承氣命節法典帝先迴
精玄蓋上宴玉晨迴靈下降鎮固我身保精
鍊氣五華結鮮紫氣流映洞得御神驂乘飛
景上宴瓊軒畢仰嚥九炁止此始景之道行
之八年則玄景飛輪來迎兆身上昇太清八
道始景祕言勿傳非仙之人
立夏之日太極上真三元真人上詣紫微宮
遊宴之時玄景行道受仙之日也至其日如
上法清旦東南向叩齒九通仰思紫青黃三。
色之雲西北迴便心念微言太極上真三元
真人乞迴神駕下降我房書我玉名使我神
仙畢還思東南少陽上府太微宮玄景玉光
無極道君姓王諱無英形長八寸八分身著
丹錦之綬頭戴無極進賢玉冠足躡九色之
履手執招靈之章乘玄景綠輿五色雲車驂
駕鳳凰從靈飛仙童三十九人下治兆身洞
房宮中乃微祝曰
玄景上靈驂宴八氣造宴九玄翱翔無外迴

真下降解我宿滯㾊以飛雲覆以紫蓋得乘八景上昇霄際畢仰嚥八氣止此玄景之道行之八年則紫青黃三色之雲玄景綠輿來迎兆身上昇太清玄景八道秘言勿傳非仙之人

夏至之日扶桑公太帝君上詣太微宮遊宴之時靈景行道受仙之日也至其日如上法清旦南向叩齒八通仰思赤白青三色之雲東南而廻便心念微言扶桑太帝君乞廻神光下降兆身記名東華得乘飛煙畢還南向○思太陽上府紫微宮中靈景太尉元先道君○姓玄諱伯史形長八寸八分身著絳錦丹綾頭戴平天耀精玉冠足躡九色之履手執制魔之章乘光明八道之輿赤雲氣之車驂駕鳳凰從丹靈上宮從玉童三十六人下治兆身中元丹田宮中乃微祝曰

靈景啓靈乘氣旋迴迎駕八道光明吐威下降我房映我丹輝攝魔御神萬靈悉摧使我洞幽與景齊飛畢仰嚥八氣止此靈景之道行之八年則致光明八道之輿來迎兆身上昇太清靈景八道秘言勿傳非仙之人

立秋之日太素上真白帝君上詣玉天玄皇高真遊宴之時元景行道受仙之日也至其日如上法清旦西南向叩齒十二通仰思赤白紫三色之雲正西而廻便心念微言太素真人乞廻神光下降我身奏名玉天得爲真人畢思西南少陰上府靈微陽宮之中元景太淡天道君姓黃諱運珠形長七寸八分著玄黃素綬頭戴七寶進賢之冠足躡九色之履手執命神之策乘脩條玉輦五彩朱蓋紫○雲之車驂駕六龍從黃素上宮仙童二十四○人下治兆身丹田宮中乃微祝曰

元景上真八道玄景上治黃毋下治兆身緋徊神輦流映紫清歷運御氣三元煥明制神攝魔我道洞精長保上景飛仙長生畢仰嚥七氣止此元景之道行之八年則致脩條玉輦來迎兆身上昇太清元景八道秘言勿傳非仙之人

秋分之日南極上真赤帝君上詣閬風臺九靈夫人遊宴之時明景行道受仙之日也至

其日如上法清旦西向叩齒十二通仰思青
黃赤三色之雲西南而廻便心念微言南極
上真上皇赤帝君乞迴神光下眄我房賜書
玉簡上奏九靈得乘飛景昇入無形畢思正
西太陰上府精思光宮中明晨太和道君姓
浩諱仁義形長六寸八分身著白文素靈之
綬頭戴無極玉寶天冠足躡九色之履手執
慶命保生玉章乘絳琳碧輦白雲之車駱駕
白虎從青靈上宮玉童二十四人下治兆身
華蓋宮中乃微祝曰
○明景道宗總統九天匡絡紫霄逆御八煙廻。
停玉輦下降兆身啓以光明授以金真谿落
招靈身無稽延得乘飛景上宴霄晨畢仰嚥
七氣止此明景之道行之八年則致絳琳碧
輿來迎兆身上昇太清明景八道祕言勿傳
非仙之人
立冬之日上清真人帝君皇祖上諱高上九
天玉帝子遊宴之時洞景行道受仙之日也
至其日如上法清旦西北向叩齒九通仰思
綠紫青三色之雲西南而廻便心念微言上

清真人帝君皇祖乞迴神駕下降兆房賜書
玉名上奏上清得乘飛景昇入無形畢思西
北陰暉上府清微宮中洞景司錄太陽道君
姓某諱元輔形長五寸八分身著玄黃之綬
頭戴九玄飛景玉冠足攝五色之履手執攝
殺之律乘玄景八光丹輦紫雲之車駱駕玄
武從太玄仙童二十四人下治兆身倉命宮
中乃微祝曰
洞景帝尊玄靈陰神乘霞御龍駱駕飛煙上
○遊玉清下治太玄迴降紫輦來入我身得乘。
八景位同真人畢仰嚥五氣止此洞景之道
行之八年則致玄景八光丹輦下迎兆身上
昇太清洞景八道祕言勿傳非仙之士
冬至之日太霄玉妃太靈上真人諱太皇宮
太微天帝君遊宴之時清景行道受仙之日
也至其日如上法清旦正北向叩齒十二通
仰思朱碧黃三色之雲東北而迴便心念微
言太霄玉妃太靈真人乞迴神駕下降我房
賜書玉名奏上太霄得爲真人遊宴上宮畢
思北方陰精上府道微宮中諫議玄和道君

姓王諱陰精形長五寸八分身著玄雲五色
之綬頭戴玄晨寶冠足躡五色師子之履手
執招靈之策乘徘徊玉輦錦雲珠玉之車驂
駕玄鳳黑翮從太玄上宫仙童二十六人下
治兆身玄谷宫中乃微祝曰
清景素真元始洞靈變化九元含氣朱嬰徘
徊玉輦逍遥紫清轉輪八節緯度天經削我
死籙保命南生得乘飛景接轡綠軿畀仰燃
五氣止此清景之道行之八年致徘徊玉輦
下迎兆身上昇太清清景八道秘言勿傳非
仙之人
行八景飛輕八道秘訣上皇玉帝告命諸天
十方衆聖五嶽靈仙敬護兆身降致玄輿飛
輦得與真人同昇上清真皇守兆之命太一
防兆之身出入進行無有凶横之禍若有仙
名玉籍列圖紫宫幽冥亦不以此經啓悟兆
心兆得此經即東華注籍位同真人唯保唯
秘不可輕宣妄泄秘言死滅兆門
太上丹景道精隱地八術 一名紫宵隱書八變五符

隱地八化玄真之術一曰藏形匿影二曰乘
虚御空三曰隱淪飛霄四曰出有入無五曰
飛靈八方六曰解形遁變七曰迴晨轉玄八
曰隱景儛天此乃上清金臺玉室秘房妙術
藏之玉笈封以金章侍以玉童衛以玉女各
八百人太上玉晨高聖君受之於九玄七千
年乃傳太極真人東華大神方諸青童扶桑
暘谷神王清虚真人告盟于上清裂金以誓
身有其文者則隱淪八方有修其術則乘虚
駕空口口相授不得妄傳手不示父臣不奉
君唯在刻字金閣書名玉篇輕泄秘文殃乃
七玄身爲下鬼充塞河源按如神真秘而奉
焉
第一藏形匿影之術當以立春之日平旦入
室向東北角上坐思紫雲鬱鬱從東北角上
艮宫中下覆滿一室晻冥内外良久紫雲化
爲九色之獸如麟之狀在我眼前因叩齒三
十六通而微祝曰
迴元變影晩彈幽蘭羅我紫牆藏我金城與
氣混合莫顯我形畢便九嚥止閉目雲氣豁

除使服靈飛玉符修之一年形常隱空有難之日立艮宮之上取本命上土撮以自障按如立春之日祝思之氣自覆人不見焉

第二乘虛御空之術當以春分之日正中入室東向冥目思碧色之雲鬱鬱如飛輪從東方震宮中下覆滿一室內外晻冥良久青氣化爲蒼龍在我左耳一纏繞我身因叩齒三十六通而微祝曰

騰玄御氣輪轉八宮坐則同人起則入室覆我碧霄衛我神龍映顯我形通幽洞冥吞燕九靈永得無窮畢便九燕氣止開目服符修之二年乘虛空有難之日立於震宮上取行年上土撮以自障按如春分之祝思氣自覆人視如氣

第三隱淪飛霄之術當以立夏之日正中入室東南向冥目思赤雲如烟之狀從東南巽宮中來覆滿一室內外晻冥良久赤氣化爲玄兎在兆胷腹之上因叩齒三十六通而微祝曰

玄兎靈飛啓告三晨披除背翳通我清津景登雲乘氣降紫烟萬靈稽首皆伏我前畢便九燕氣止開目服符修之三年隱淪飛霄有難之日立於巽宮左取十四氣以自覆則與氣同行

第四出有入無之術當以夏至之日正中入室南向冥目思赤氣鬱鬱從南方離宮中來覆滿一室內外晻冥良久赤雲化爲鳳凰在我頭上因叩齒三十六通而微祝曰

赤霞映玄氣猍猍通九道之變化爲鳳凰控我真符賜我玉漿出自天門入自离宮招致雲軿駕虛乘光畢便九紫氣止開目服符修之四年能出入無窮有難之日立於离宮左取九氣畢便開目服符又九紫氣止撮取月建上土以自障按如立夏之祝思赤氣自覆則身爲火光

第五飛靈八方之術當以立秋之日晡時入室西南向冥目內思白氣鬱鬱如天之霧從西南上坤宮中來覆滿一室內外晻冥良久白氣化爲麒麟對在我前因叩齒三十六通而微祝曰

仰注玄精吞嚥黃華身生飛羽輕舉登霞遊
宴八宮萬萬不狙畢便九嚥氣止閉目服符
修之五年能昇八方有難之日立於坤宮上
仰嚥三十六氣左取今日辰上土以自障按
如立秋之祝思白氣以自覆則身化為霧露
人不見也

第六解形遁變之法當以秋分之日晡時入
室西向瞑目內思白雲從西方兌宮中來積
滿一室內外晻冥良久白氣化為白虎當在
我右邊因叩齒三十六通而微祝曰

解形遁變遁飛躡浮先躡玉皇退之八墉分。
身為萬適意如求俄頃之變八宮已周畢便
九咽氣止閉目服符修之六年形化影變縱
橫八方任意所之有難之日當立兌宮之中
思火氣來燒我身仰嚥氣九過取丙上土以
自障祝如上法則人莫之見也

第七迴晨轉玄之術當以立冬之日子時入
室西北向瞑目內思黑雲從西北方上乾宮
中來覆滿一室內外晻冥良久黑雲化為螣
蛇在我左足下因叩齒三十六通而微祝曰

太微九玄化為螣蛇迴輪五星運轉七機上
宴玄宮八景同暉吞精嚥氣永無終衰畢便
九嚥氣止閉目服符修之七年能迴轉五晨
出入無間有難之日當立乾宮之中思黑雲
來覆我身仰嚥三十五氣取天門上土以自
障其身祝如立冬之日則人不見之

第八隱景儛天之術當以冬至之日子時入
室北向內思黑氣疊沓相覆從北方坎宮中
來下覆滿一室內外晻冥良久黑氣化為玄
絕在我右足下因叩齒三十六通而微祝曰

八道隱方藏地儛天逃以六陰顯身玉輪驂。
龍御煙上造帝晨畢便九嚥氣止閉目服符
修之八年則登玉清宮有難之日立在坎宮
之上思黑雲覆身仰嚥三十五氣取地戶上
土以自障祝如冬至之文則人不見逃也

太清玉霞紫映觀上法

常以本生上旬之日沐浴清齋淨服平旦入
室以內觀開明玉符清華之水便向洗眼弁
漱蕩口腹令內外清虛口無餘味腹無餘熏
眼無餘視體無餘塵恬淡靜默唯道是身然

後還南向平坐瞑目內思紫氣出兆頭頂之上勃勃衝天氣冠己身內外藹冥便引紫氣仰嚥三十九過覺氣嚥三十九過氣嚥入兆口腹之中嚥訖開眼朗然豁除便叩齒三通仰祝曰

上清流霞曄眞吉旦紫雲映靈揚精交煥內住金門玉戶受觀寶神和藏魂魄無散明皇九眞八道流羨飛雲招靈靈降樂漢洞徹幽元三晨齋宴遊騰玉室上拜帝館畢仰嚥三

○過止本生上旬之日若甲子旬生以甲寅日○爲上旬他皆倣此也

紫書訣云修上清玉霞紫映內觀之道常以月生一日取西流水三升盛之以銅器亦佳以眞珠一兩內著水中名曰金精石景水母玉胎之瑛露於中庭至月十五日正中日精玄映於石景水母日象煥明水母之中東向流霞開明洞觀玉符投內石景水母中轉南向叩齒十六通仰呼曰日魂珠景照韜綠映丹霞赤童玄炎飈象凡十六字畢閉眼思日中五色流霞下冠兆身洞煥一形存見日中有一仙人形長八寸頭戴朱陽赤冠衣絳錦丹裙下在兆身頭頂之上口引日中赤丹金精石景水母之瑛以灌溉兆形便臨所盛水中映日光而微祝曰

耀羅丹陽元景散陳赤鏡大明九氣齊眞三五運精二象交纏玉胞石體鍊故返新流霞玄注水母凝神和魂柔魄內外同煙仰餐丹華口撮日根靈芝盈溢面發金仙與氣同軀與日同存乘景飛空上造帝晨畢仰向日十六嚥止取石景水母之瑛向日洗目并沐浴

○形軀餘水放之[illegible]流行此九年面有金容內○外洞徹與日同光飛行玄虛上造日闕此道高妙不傳下世輕泄寶文罰以鬼兵身役鬼官七祖獲殃

存玄白法

胎精中景黑白內法常以旦旦坐臥任意在泥丸中有黑氣存心中有白氣存臍中有黃氣三氣俱生如雲以覆身物存氣如小豆漸大衝天三氣纏繞身共成一混因變成火火又燒身通明洞徹內外如一內通外徹支體

共火一色旦行之至日中乃止於是服氣一百二十都畢行之三十年道形隱身日行五百里

三素雲法

夜卧謂子後睡覺起時又云坐起可行之不必夜也要當以生氣時如此則子後午前皆可為之然宜以丑後卯前為之佳矣先閉目東向當東向平坐以手大指後掌左右按拭目就耳門使兩手俱交會於項後三九過存目中各有紫青絳三色並出目前此是內按三○素雲以灌目童子也先存兩目中各有此三色雲仍各出目前後譬良久按拭之於擡中每覺目外之雲還入目童子中輝光瑩徹手過又出拭之又入以至數畢而陰祝曰

眼童三雲兩目真君英明注精開通精神大玄雲儀靈驗篇篇保我雙關啓徹九門百節映響朝液泥丸身昇玉宮列為真君畢因嚥液五十過存復入府中行之一年則耳聰目明久為之徹視千里躡映神靈聽之於絕響也

又法返胎按摩經云常以陽日月一日為陽每陽日之旦夜之卧覺旦將起急閉目向本命之方以兩手掌相摩切令小熱各左右拭按兩目籠耳門令兩掌交會於項中九過又存兩目中各有紫赤黃三色雲氣各下入兩耳中良久陰祝曰

眼童三雲明目真君映明注精開通帝神太玄雲儀玉靈數篇保我雙關格徹九門百節應響迴液泥丸身昇玉宮列為上真祝畢嚥液三過畢乃開目坐起常行之不如旦暮也

○行之三年耳目聰明

雲笈七籤卷之五十三

魂神

說魂魄

正一真人居鶴鳴山洞告趙昇曰夫人身有三魂一名胎光太清陽和之氣也一名爽靈陰氣之變也一名幽精陰氣之雜也若陰氣制陽則人心不清淨陰雜之氣則人心昏暗神氣闕少腎氣不續脾胃五脉不通四大疾病係體大期將至焉旦夕常爲尸臥之形將其奄忽而謝得不傷哉夫人常欲得清陽氣不爲三魂所制則神氣清爽五行不拘百邪不侵疾病不縈長生可學趙昇稽首再拜叩頭伏問何以制御得陰雜之氣使清和之氣降矣昇欲謹敬行之導接生靈牢固朽敗之徒免幽魂所侵逼矣真人曰復坐告汝夫人身最貴天地委形三元真氣之所戴若合三氣百神而不至於死夫三魂者

第一魂胎光屬之於天常欲得人清淨欲與生人延益壽筭絶穢亂之想久居人身中則生道備矣

第二魂爽靈屬之於五行常欲人機謀萬物搖役百神多生禍福災衰刑害之事

第三魂幽精屬之於地常欲人好色嗜慾穢亂昏暗躭著睡眠爽靈欲人生機生機則心勞心勞則役百神役百神則氣散氣散則太清一氣不居人將喪矣幽精欲人合雜合雜則厚於色慾厚於色慾則精華竭精華竭則名生黑簿鬼録罪著死將至矣夫人重色欲必昏邪穢亂不避三光四明雷霆神祭爲四司所録五帝所責延累九玄七祖父母長居幽途榮禄長生不可覩矣趙昇驚起請始其源狀則得屍敗之徒見乎全生之道正一真人曰胎光本生始清元君聖母之宮母降正月七日爽靈本生於太一之宮降於七月七日幽精生於太極陰宮降於十月五日皆以本降之日上詣本宮受事送人善惡謂之三魂會日此日是本會之日亦更小攢會三日胎光以甲子日上爽靈以庚申日上幽精以本命日上言人善惡災難非禍若三魂不相

制禦歸本宮各言人清淨不生惡狀則魂常不離人左右神氣雄壯百神隨從所爲無不從其善願幽瑀絕對四司莫能書其罪狀災害陰邪疾病不敢輙近其形體吾爲汝備述謹而行之真道立見正一真人曰夫修道攝生常以清旦日未出時叩齒三呼三魂三遍夜欲卧亦三呼呪曰

胎光延生爽靈益祿幽精絕死急急如律令

每日如此魂不離人左右飛災橫禍惡鬼凶神不能爲害遊夢變怪杜絕房癡每於此前上三日下三日隨宿禦淨恭肅清齋三日沐浴拜章言功謝罪着善即爽靈幽精不能强制真一元氣道可易求正一真人告約趙昇曰行之勿得不常存之勿得不精常精者道人之志也正一真人告趙昇曰夫人身有三魂謂之三命一主命一主財祿一主災衰一常居本屬宮宿一居地府五嶽中一居水府以本命之日一魂歸降人身唯七魄常居不散若至本命日一魂歸降檢行生人與魄合察衰敗壯健若三魂循環不絕則生人安穩

無病其日可清淨身心不酒不色着新衣焚香習善至本命日若欲睡則睡少時魂與魄合即去若其日婬醉昏亂魂歸去身三步取合不得穢氣衝射魂遂去而不歸如三度魂歸不合魄即去身神變矣魄者陰也常欲得魂不歸魂若不歸魄即與鬼通連魂欲人生魄欲人死魂悲魄笑曰歸無我舍五鬼侵室三魂絕而不歸即魄與五鬼爲徒令人遊夢惟惡謂之遊魂身無主矣令人行事昏亂耽睡好眠災患折磨求添續不可得也一年六旬魂六度歸身中制禦陰魄令不與陰邪通好百神交會形體災難不侵若六旬不返魄得其便與陰鬼謀人將亡矣每本命日一魂從本宿降下二魂雖非尅次其日亦隨從母魂有本司官吏四人都十二人其日本生父母亦與魂降當須以錢財酒脯一十二分取本命時祭之後本司不與魄爲留難及時降下福莫能盡常爲之長生之門王真人曰吾聞先師真人之言夫混沌元始本一氣化散三萬六千神氣者皆流約爲其數夫天地神

氣新舊交續豈有數而限之百川因氣而不絕天地因氣而長久雖手得之而不窮綿綿接續而生焉聖人指一氣為歸交接降約令人不死而凡約者不知苟取其死天地晝夜一周三萬六千氣候交接不懸則日月貞明風雲不昧澤及四時萬物資生若氣候懸時不相接續數有闕少上下不應即雷霆震怒日月失道星宿失位懸陽水澇萬物失生人身法天象地每日一周時背氣上至脾胃晝夜三萬六千喘息不絕上下相應通流經絡。傳蹤五藏浮澤榮衛即人輕健精明强記元病攀道易成若三氣五氣十氣不續即人病傳於經絡令人壯熱飲食不下魂魄驚怖神氣錯亂一藏容受即病得其土地分野癖之不及則人困矣是以修真之人採新安故添續不絕即神氣常堅精華不散則人不衰不老病疾不侵鬼神畏懼五靈鎮守精氣充塞外制百邪陰毒之氣氣既精銳禁無不伏言其神氣壯銳摧伏五兵如猛大將軍故以神氣為將軍也

拘三魂法

月三日十三日二十三日夕是此時也三魂不定爽靈浮遊胎光放形幽精擾喚其爽靈胎光幽精三君是三魂之神名也其夕皆棄身遊遨飈逝本室或為他魂外鬼所見留制或為魅物所得收錄或不得還返離形放質或犯於外魂二氣共戰皆躁競赤子使為他念去來無形心非意閑道士皆當拘而制之使無遊逸矣拘留之法當安眠向上下枕伸足交手仰上冥目閉氣三息叩齒三通存身中赤氣如雞子從內仰上出於目中出外赤。氣轉大燒身使匝一身令其內外洞徹有如燃炭之狀都畢矣其時當覺身中小熱乃叩齒三通畢即存三魂名字胎光爽靈幽精三神急住因微祝曰

太微玄宫幽黄始青內鍊三魂胎光安寧神寶玉室與我俱生不得妄動鑒者太靈若欲飛行唯得詣太極上清若欲飢渴唯得飲徊水玉精

制七魄法

月朔月望月晦之夕是此時也七魄流蕩遊走獩濁或交通血食往鬼來魅或與死屍相關入或淫赤子聚姧伐宅或言人之罪詣三官河伯或變為魍魎使人魘魅或將鬼入呼邪殺貿諸殘病生人皆魄之罪樂人之死皆魄之性欲人之敗皆魄之病道士當制而厲之陳而變之御而正之攝而威之

其第一魄名尸狗　其第二魄名伏矢

其第三魄名雀陰　其第四魄名呑賊

其第五魄名非毒　其第六魄名除穢

其第七魄名臭肺

此皆七魄之名也身中之濁鬼也制檢之法當正卧去枕伸足兩手掩掌心次掩兩耳指端相接交於頂中閉息七通存鼻端白氣如小豆須臾漸大以冠身九重下至兩足上至頭上既畢於是白氣忽又變成天獸使兩青龍在兩目中兩白虎在兩鼻孔中皆向外在心上向人口蒼龜在左足下靈蛇在右足下兩耳中有玉女著玄錦衣當耳門兩手各把火光良久都畢又嚥液七過叩齒七通呼七魄名畢乃祝曰

素氣九迴制魄邪姦天獸守門嬌女執關七魄和柔與我相安不得妄動看察形源若汝飢渴聽飲月黃日丹於是七魄內閉相守受制若常行之則魄濁下消返善合形上和三官與元合景一人身有三元宮神命門有玄關大君及三魂之神合有七神皆在形中欲令人長生仁慈大吉之君也此七魄亦受生於一身而與身為攻伐之賊故當制之道士徒知求仙之方而不知制魄之道亦不免於徒勞也

其三元宮所在其上元宮泥丸中也其神赤子字元先一名帝鄉其中元宮絳房中心是也其神真人字子丹一名光堅其下元丹田宮臍下三寸是也其神嬰兒字元陽子一名谷玄

此三一之神矣欲拘制魂魄之時皆先陰呼其名存三神皆玉色金光存嬰兒之貌中上二元皆赤衣下元衣黃頭如嬰兒始生之狀也

對日存三魂法

太靈真人曰先師教以五建之日日出三四丈許正立以心對日存三魂神與日光俱入心中良久閉氣三息嚥液三過祝曰

太陽散暉垂光紫青來入我魂照我五形却鬼試心使心平正內徹九氣外通胎命飛仙上清玉籙以定呪畢以手拭目二七叩齒二七都畢此法使人三魂凝明丹心方正萬邪藏術心試不行真要道也常當行之者以五建日向日鄣令嚏若不得嚏以軟物向日引〇導鼻中亦可嚏也嚏即祝曰

天光來進六胎上通三魂守神七魄不亡承日鳴嚏與日神同飛仙上清位爲真公祝畢拭目二七是內精上交日光三魂發明於內使人心開神解百精流轉於內府也若非五建日可不須爾也以五建之日北向五再拜心呼上真皇君夫人名字三過畢叩齒五通畢解巾長跪謹啓

五星日月上皇高皇道君夫人玉清太上上清上皇上帝大道聖君几前因自陳七祖父母以下及一身千罪萬過上世以來乞願得解脫三官告下天帝使罪名離釋削除黑籍乞願得與五星之真俱奔華晨上昇上清交行五門

朝禮九天魂魄求仙上法

常以月三日九日十六日平旦向日九拜九揖亦可心拜仰頭叩齒二十四通祝曰

天魂九鍊上帝尋神太陽日精金門受仙小兆某甲敢奏微言今日上言八願開陳請施禮願仰希玄恩蒼龍朱鳳策轡紫軒五雲交蔭六氣扇塵高上曲盻三光降真二景纏絡〇我道欣欣心朗耳聰目明色鮮體輕骨昇面發華顏羽服生形飛造帝晨祝畢仰天引日精四十五嚥止行此三年目明徹視洞觀無窮面有金容體生玉津九年能行身外無影飛空玄靈也若天陰無日於密室心存心行亦感於自然也又以月五日十五日二十五日此三日皆人定向月九拜九揖亦可心拜仰向月叩齒十六通祝曰

魂精魄靈九天同生石景水母太陰朗明徘

徊月宮冶鍊金庭二景合原上吉時清八會交帶我嬰兒成願光願容願鮮願榮願神願仙飛行上清祝畢仰引月精四十五嚥止

魂精法

魂精帝君即九天司命部九天之魂下統後學筭命也帝君鎮在日門金庭之內魄靈帝君即九天丞相九天之魄靈下統後學之錄籍也鎮在月宮琳琅之都凡修上道旦夕坐起卧息常當存念日在頭上月在口中魂精帝君在泥丸魄靈帝君在明堂心存目想常○使彷彿然行之踰年真形見矣青白分也九○年能乘空飛行上登晨燈之館遊宴虹映之山也

上清飛步七星魂魄法

太素真人口訣曰

北斗第一星天樞魂神　第二星天璇魂神
第三星天機魂精　第四星天權魄精
第五星玉衡魄靈　第六星闓陽魄精
第七星瑤光太明

右七星魂魄之名號曰七元之靈明步星魂魄行星之上皆心存之此名曰飛仙飛仙步斗魂魄三匝畢於是向陽明星上又閉氣而心祝曰

陽明大魁祝畢第一左足躡陽明星第二又進右足躡陰精星祝畢第三次左足躡玄冥星祝畢第四次右足躡丹元星祝畢第五次左足躡北極星祝畢第六次右足併躡闓陽星祝畢次左足併躡瑤光星乃通息大祝曰

金木水火土五行相推七星煥煥天綱最威輔星鎮威弼星扶衰九真太上太極太微三○府玉帝三尊辟非天動地轉魂魄相隨使我○飛仙真光徘徊名入金房玉門乃開乘龍陟空日月同輝遊行太清鳴鈴翠衣左躡流電右御奔星地上萬邪伏死敢追惡心視我使爾斬摧帝命玉女勞侍以歸魂真魄神合形

昇飛畢

雲笈七籤卷之五十四

雲笈七籤卷之五十五

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理輕車都尉賜緋魚袋臣張君房進

魂神

思神訣

夫道者有形之父母也寂然不動至虛无也感而遂通至神明也視之不見無形容也聽之不聞無音聲也故無形無名言象莫能得也有情有信變化有以生也生之來神氣聚也身之有陰陽結也兩儀以分萬象以成也天地覆薄日月以明也莫不由至道神用而○元一以靈且人為物靈貌為事真智慮純白耳目澄清外周六氣內運五行形自寂寞神生實寘然則至道無形應生元氣謂之一也一之所剖分為三也三者清濁和結為天地人也亦曰三元上中下也在天為三光日月星也在地為三寶金玉珠也在人為三生耳目心也在道為三氣玄元始也又為三天清微禹餘大赤也復為三境玉清上清太清也又曰清氣上浮為天濁氣下凝為地和氣中結為人夫天陽地陰陰陽變化而成五行謂木火金水土也亦曰五氣謂九三七五一也在天為五星謂歲熒白辰鎮也在地為五嶽謂岱衡華恒嵩也在人為五藏謂肝心肺腎脾也又為五色青赤白黑黃也又為五音角徵商羽宮也又為五味酸苦辛鹹甘也又為五德仁義禮智信也總之為三五行導布化生成萬物也各有神明即天地之至用也而天以之動地以之靜人以之生皆賴其神明也天有五億五萬五千五百五十五重天天皆有天尊太上天帝天師也地有三十六重地地皆有土皇將軍金剛神王靈官也人有○三宮五神三魂七魄也天地各有神仙吏兵不可稱計且神明變化皎在目前愚者莫知隱顯無方運轉難識輔物立象靈用在焉故天得一以清地得一以寧神得一以靈谷得一以盈是也日者天之魂月者地之魄謂之神明人則左目為日右目為月目者神明之堂也故神明所託依於日月隱於陰陽且日出於卯陽也月出於酉陰也三變成德日初變於卯其數六以五乘之五六三十也中變

於辰其數五五五二十五終變於巳其數四四五二十也故上仙七十五將軍陽神也月初變於酉其數六五六三十也中變於戌其數五五五二十五也後變於亥其數四四五二十也故上靈七十五將軍陰神也三元五德合數為八各有上仙上靈陰陽二官合為一千二百也三元各八為三千六百也而陰陽皆五合為三萬六千也其萬八千陽陽為外景為外神也其萬八千陰陰為內景為內神也而內由外發陰以陽明所以一身有一萬八千神曰本分神也一萬八千神曰影照。神也無陽也陰不能成無陰也陽不能生是以陰以陽成陽以陰生亦內由外明外由內清清明相得而後生成也所謂神明者由神故明也故三光在天而萬物彰百神在已而五氣昌其耳目適用氣力強康是其神也天寶之以致浮地秘之以致安五嶽事之而安鎮一人則之而太平人身上部八景以應於天下部八景以應於地中部八景以應於空三部八景七十二神景皆有五三萬六千與天地合有一十萬八千自此以往雖神不極由斯數矣則三洞諸經神仙將吏侍奉靈官高下品格未有不因茲始也既知其數當識其方既識其方須知表裏表裏既見陰陽皆馬內外不同左右亦別而象分五色位列四方男女可以陰陽求文武可以剛柔取凡諸存念身為之主身有三魂七魄三元五真一神百神三萬六千神皆在於心也心正則神正心邪則神邪邪之與正由悟不悟悟則入正迷則歸邪悟者由得其門迷者由失其路。則況淪黑夜處至暗冥室學道之士宜詳究之始乎數息歷藏終乎常住湛寂誠在留心矣

存身神法

面東坐叩齒三十六通每九下一嚥液而祝曰。

玉清高上九天九靈化為玄玄下入胃清金和玉映心開神明服食日精金華充盈使嚥液想喉中有赤身童子仰頭開口承液下入胃中畢又存四神想肺中童子著白衣冠口

吐白氣於右變作白虎次想肝中童子著青衣冠口吐青氣於左變作青龍次想心中童子著赤衣冠口吐赤氣於前化爲朱雀次想腎中童子著黑衣冠口吐黑氣於後化爲玄武祝曰

青龍孟章甲寅白虎監兵甲申朱雀陵光甲午玄武執明甲子四獸前後圍遶勿令外邪來干急急如律令次存心肺氣作圓光寶蓋蓋頭訖次握固冥目念勅身祝曰

○謹勅身中五體真官五藏六腑九宫十二宫○室四肢五體筋骨髓腦肌膚血脉孔竅榮衛一百八十關房三百六十骨節一千二百形影一萬二千精光三萬六千神氣左三魂幽精爽靈胎光各守本宫右七魄衛從尸狗伏矢雀陰吞賊非毒除穢臭肺青龍扶迎白虎扶送朱雀導前持幡幢玄武從後司鐘鼓臣身不受邪肝不受病肺不受奸腎不受甘脾不受化膽不受怖胃不受穢心不受觸神氣汾溢吏兵神將侍衛側立急急如律令次叩齒五通念五藏神名先存肺神著白衣冠在肺肺神皓華字虛成三寸次存心神著赤衣冠在心中心神丹元字守靈三寸次存肝神著青衣冠在肝中肝神龍煙字含明次存膽神龍曜字威明次存脾神常在字魂庭次存腎神玄冥字育嬰又瞑目內視五藏分明了見肝中童子著青衣冠口吐青氣從左脇出化爲青龍次存肺中童子著白衣冠口吐白氣從右脇出化爲白虎次存心中童子著朱衣冠口吐赤氣從心中出化爲朱雀次存兩腎中童子著黑衣冠坐兩腎上口吐黑氣從○腎中出化爲玄武次存頭巾七星下坐青黄○白三色雲上七星在頭下有金光蓋頂一身並作黄金色面是金容次存肺中白氣右出遶頂有圓光左右日月在眼前洞煥一室吏兵玉女執節持幢捧香獻花遍滿前後心常念飛仙同昇金闕帝前永爲帝臣

受生天魂法

夫人受生於天魂經成於元靈轉輪於九氣挺命於太一關閉三道積神幽宫所生玄液七耀遊律數澤日月映其六虛口耳運其神

氣雲行雨施德擬天地胞胎內匝五因來具
立人之道其如此也故五因者是五神也三
道者是三真也天尊言曰氣氣相續種種生
緣善惡禍福各有命根非天非地亦又非人
正由心也心則神也形非我有我所以得生
者從虛無自然中來因緣寄胎受化而生我
受胎父母亦非始生主父母也真父母貴重
尊高無上今所生父母以我寄備因緣禀受
育養之恩故以禮報而稱爲父母爲故我受
形亦非我形也寄之爲屋宅因之爲營以舍
○我也附之以爲形示之以有無故得道者無○
復有形也及無身神一也身並一則爲真身
歸於姓生父母而成道也凡人不知存神動
止任意意惡事僻神散形枯仙真聖人守神
無替常存自身名在左契志學之士嘗知人
身之中自有三萬六千神左三魂右七魄陰
陽配合共輔護識神五行相王之君周衛體
內一千二百形影一萬二千精光備守體外
日日存之時時相續念念不忘長生不死不
能常存八節勿替能念身神康強無病病三

呼之常衛子身欲臥之時左手撫心右手撫
臍各二七陰祝曰
欲具身神從頭起經曆四肢至踝子視覺存
之委悉乃眠必得吉夢髣髴見神若有罪過
應致災厄神來語人或示形象倚託物類使
人思惟自解意趣吉凶善惡了然知之避禍
就福所向諧也

三魂

第一胎光　第二爽靈　第三幽精

精神

○精神者君臣也玉清秘錄云夫神者君也氣○
者人也心神動則精搖精搖則使形不安若
三事各令清淨無爲則萬事自安也故脩身
之道
又曰夫脩身之道乃國之實也然一身之根
有三一爲神二爲精三爲氣此三者本天地
人之氣也神者受於天精天精者受於地氣
地氣者受於中和相爲共成一道也故神者
乃來氣而行氣者神之舉也精者居其中也
三者相助爲理故人欲壽者乃當愛氣尊神

重精也精轉爲神神生於明夫氣生於精精
生於神神生於明故人生本於陰陽之氣氣
轉爲精精轉爲神神轉於明是故不欲老者
當念守其氣合精神也令不出其形合而爲
一也即絲絲自見身亟輕意亟精也此神光
欲生也心中大安欣然若喜也但宜閉目而
臥著志意於身內身意不出則身鍊形變也
如此則理身已得也太平自應矣神識此道
也內已致考外以安理不用筋力自然致也
○神智之泉夫神智之泉也神清則智明智者
心之府也智念即心平人莫鑒於流水而鑒○
於止水水性欲清沙塵穢之人心欲清嗜慾
則生其能善之故鑒明則塵垢弗集神清則
嗜慾不入是以聖人輕天下即神不累細萬
物即心不惑齊死生則意不懼同變化即明
不瞻

入室思赤子法

老子曰吾道生於惚恍而無形視之不可見
聽之不可聞隨之不見其後迎之不見其首
包含於天地之表還入於毫毛之裏分之爲

日月陰陽合之爲夫婦演布於八卦乾坤爲
頭首胞胎轉相生變化有前後處任爲十月
結定神備有虛无把錄籍司命往奉壽陽精
爲室宅包形立相待陰陽相感溉開閉藏其
裏清轉上爲頭精凝成童子璇璣與玉衡鼻
爲其梁柱合觀於入極兩半共爲友合精於
子午藏形於卯酉明堂開四仲洞房在其後
丹田著後宮自口王父母丙午拜真人丁巳
伏令受戊寅銜丹錄光曜所藏止精明合且
雖出規還入矩鈞明照神后往來有配偶皇
○制有其階自然如雲雨陽出真人陰學之爲○
師父楱宿有常處正在洞房裏三五運返覆
甲癸邀辰巳子午都集會吾道自索子邀之
於南極真人自告子安之令審疇枯木不煩
援乙壬於寅卯午申亦相須丙辛於亥酉未
戊邀中野吾道已見矣忽然無所有丁庚子
與午戊巳卯與酉失候不相覯吾道去萬里
周旋天地間傷命還害子觀吾陰與陽交精
相哺乳此謂養赤子勿失其時矣甲癸邀辰
巳注云子丑者謂甲癸日也時加於辰加巳

加子加丑也到此時道未養已常當念之矣
乙壬之日時加寅加卯加午加申也當復候
之勿失其候矣丙辛之日時加亥加酉加未
加戌也爲老公見之勿驚也道之化見矣丁
庚之日時加子加午也戊巳之日時加卯加
酉也失此四仲之日候而不相覩吾道去萬
里慎之
老子曰爲吾道者當先安牝牡牝牡者腎也
腎門元氣也元氣氣常下行元常上昇元者
赤氣者白元上到心中心中當動動即元下○
○矣
老子曰元者安雌雄雌雄者心也一名明堂
得元因共養合成赤子赤子自然也念令上
昇昇於真人真人者宿衛之臣赤子到則因
安心定意泊然安意洞房中矣
老子曰赤子到因還意於洞房洞房者兩目
間有真人不衣而到住下視赤子赤子到真
人乃立真人所以到住何也欲令赤子得昇
昇赤子昇真人復赤子不昇真人不復不復
早已

老子曰夫赤子初欲昇時也形似丹蛇其光
照人忽然到著人面若炬火聲矣此即赤子
到矣
老子曰夫赤子之欲昇時形似丹蛇安意如
故須臾當忽然不見矣
老子曰丹蛇者日之精也日精作火形來著
人欲來著人人心動人心動即赤子不得昇
遂令後難致難致則冥冥絶矣
老子曰丹蛇來到心不驚不恐者當與真人
共語時目中忽然見正黄浩浩而無形兆身○
○體因變化見西王母乘鳳凰之車後駕六赤
龍車前三朱雀見之忽驚也有頃忽然去矣
老子曰當見西王母到時但恍惚而已雖乘
鳳凰之車者忽然恍去矣前三朱雀後六赤
龍亦然也
老子曰當見西王母之時與人語慎勿答也
不答當復有所告問於人慎勿答不答恚怒
勿恐怖也恚不止真人自代子與語畢自去
矣
老子曰西王母去後大道來見矣當大道見

時身形乃曠然昭諧而無形兆上見日月星
宿若有若無當有天師與真人來見倡樂萬
端慎勿視也仙人玉女慎勿觀也龍虎禽獸
慎勿驚也
老子曰此倡樂天師仙人玉女禽獸皆非真
也但自子形中五藏六府都精神耳非真道
也
老子曰天師真人來見子之時安心定意善
與人語言吾見子信告子道張羅其綱具見
子矣
○老子曰冬來戊子入室百日神明相覩乃止○
精神道洞畢足萬里精之畢熟少食為有齋
戒洗心沐浴往來急疾狀若風雨
老子曰入頭者道之所往來解止處也號陰
陽陰陽者兩目也陰陽者道一之臣人也道
之所尊者也主調御兩目精光者故曰兩半
成一也一正在明堂中兩半所處也陽精光
於子午收明於卯酉子午者洞房也卯酉者
明堂也亦方圓一寸正在兩眉間明堂卻入
一寸名洞房亦方圓一寸又卻入一寸名丹
田此三者道之往來變化常處也

雲笈七籤卷之五十五

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理臣張君房集進

諸家氣法

元氣論 并序

混沌之先太無空焉混沌之始太和寄焉寂兮寥兮無適無莫三一合元六一合氣都無形象窈窈冥冥是爲太易元氣未形漸謂太初元氣始萌次謂太始形氣始端又謂太素形氣有質復謂太極質變有氣氣未分形結胚象卵氣圓形備謂之太一元氣先清昇上○爲天元氣後濁降下爲地太無虛空之道已○生焉道既無生自然之本不可名宣乃知自然者道之父母氣之根本也夫自然本一大道本一元氣本一一者眞正至元純陽一氣與太無合體與大道同心自然同性則可以無始無終無形無象清濁一體混沌之未質故莫可紀其窮極洎乎元氣濛鴻萌牙茲始遂分天地肇立乾坤啟陰感陽分布元氣乃孕中和是爲人矣首生盤古垂死化身氣成風雲聲爲雷霆左眼爲日右眼爲月四肢五體爲四極五嶽血液爲江河筋脈爲地里肌肉爲田土髮髭爲星辰皮毛爲草木齒骨爲金石精髓爲珠玉汗流爲雨澤身之諸蟲因風所感化爲黎甿以天之生稱曰蒼生以其首黑謂之黔首亦曰黔黎其下品者名爲蒼頭今人自名稱黑頭蟲也或爲倮蟲蓋盤古之後三皇之前皆倮形焉三王之代然乃裁草結沙巢棲營窟多食草木之實獸鳥之肉飲血茹毛蠢然無悶既與庖犧擗豚坯飲窊樽簣桴土鼓火化之利絲麻之益範金合○土大壯宮室重門擊柝戶牖庖廚以炮以烹○以養以炙養生送死以事鬼神自太無太古至於是世不可備紀爰從伏羲迄于今日凡四千餘載其中生死變化才成人倫爲君爲臣爲父爲子興亡損益進退成敗前儒志之後儒承之結結紛紛不可一時殫論也且天地溟涬之後人起出盤古遺體散爲天經地緯天文地理五羅二曜黃赤交道五嶽百川白黑晝夜產生萬物孕育萬彙其爲羽毛鱗介各三百六十之數凡一千八百類人爲倮

蟲之長預其一焉人與物類皆禀一元之氣
而得生成生成長養尊最貴者莫過人之
氣也淼吻預一縣參稱三才漁獵百家披尋
萬古備論元氣盡述本根委質自然歸心大
道求諸精義纂集玄譚記諸真經永傳來哲
達士遇者慎勿輕生以日以時勤鍊勤行鶴
栖華髮無至噬臍同好受之當爲寶耳
論曰元氣無號化生有名元氣同包化生異
類同包無象乃一氣而稱元異居有形立萬
名而認表故無名天地之始有名萬物之母
○常無欲以觀其妙常有欲以觀其徼徼爲表○
妙爲裏裏乃基也表乃始也始可名父妙可
名母此則道也名可名也兩者同出而異名
同謂之道異謂之玄玄之又玄衆妙之門又
曰有物混成先天地生寂兮寥兮獨立不改
周行不殆可以爲天下母吾不知其名字之
曰道乃自然所生既有大道道生陰陽陰陽
生天地天地生父母父母生我身夫情性形
命禀自元氣性則同包命則異類性不可離
於元氣命隨類而化生是知道德仁義禮此

五者不可斯須暫離可離者非道德仁義禮
也道則信也故尊於中宮曰黃帝之道德則
智也故尊於北方曰黑帝之德仁則人也故
尊於東方曰青帝之仁義則時也故尊於西
方曰白帝之義禮則法也故尊於南方曰赤
帝之禮然三皇稱曰大道五帝稱曰常道此
兩者同出異名元氣本一化生有萬萬須得
一乃遂生成萬若失一立歸死地故一不可
失也一謂太一太一分而爲天地天地謂二
儀二儀分而立三才三才謂人也故曰才成
○人備人分四時四時分五行五行分六律六○
律分七政七政分八風八風分九氣從一至
九陽之數也從二至八陰之數也九九八十
一陽九太終之極數八八六十四陰六太終
之極數也一含五氣是爲同包一化萬物是
謂異類也既分而爲三爲萬然不可暫離一
氣五氣者隨命成性逐物意移染風習俗所
以變化無窮不唯萬數故曰遊魂爲變只如
武都者男化爲女江氏祖母化爲黿黑胎氏
猪而變人鄭武安人而變虎斯遊魂之驗也

夫一含五氣軟氣爲水水數一也溫氣爲火
火數二也柔氣爲木木數三也剛氣爲金金
數四也風氣爲土土數五也五氣未形三才
未分二儀未立謂之混沌亦謂混元亦謂元
塊如卵五氣混一一既分元列爲五氣氣出
有象故曰氣象張衡靈憲渾天儀云夫覆載
之根莫先於元氣靈曜之本分氣成元象昔
者先王步天路用定靈軌尋諸本元先准之
於渾體是爲正儀是爲立度而後皇極有所
建也旋運有所稽也是爲經天緯地之根本○
○也聖人本無心因妄以生心心生於物死於
物機在心目天地萬機成敗興亡得失去留
莫不由於心目也死者陰也生者陽也陰陽
之中生道之術而不知修行之路常遊生死
之遲故墨翟悲絲楊朱泣岐蓋以此也夫太
素之前幽清玄靜寂寞冥默不可爲象厥中
惟虛厥外惟無如是者永久焉斯謂溟涬蓋
乃道之根既建方有太素始萌萌而未兆一
氣同色混沌不分故曰有物混成然雖成其
氣未可得而形也其遲速之數未可得而化

也如是者又永久焉斯謂庬鴻蓋乃道之幹
也於是元氣剖判剛柔始分陰陽構精清濁
異位天成於外地定於內天體於陽也象乎
道幹以有物成體以圓規覆育以動而始生
地體於陰也象乎道根以無名成質以方矩
載誕以靜而終死所謂天成地平矣既動以
行施靜以合化鬱氣構精時育庶類斯謂天
元蓋乃道之實也夫在天成象在地成形天
有九位地有九域天有三辰地有山川有象
可效有形可度情性萬殊旁通感著自然相
生莫之能紀紀綱經緯今略言之四方八極○
地之維也徑二億三萬二千五百一十七里
南北則知減千里東西則廣增千里自地至
天半於八極地中深亦如之半之極徑圍之
數一半是也計天地相去一億一萬二百五
十八里半也通四度之乃是混元之大數也
天道左行有反於物則天人氣左盈右縮天
以陽而迴轉地以陰而停輪是以天致其動
稟氣舒光地致其靜承施候明天以順動不
失其光則四序順節寒暑不忒地以順靜不

失其體則萬物榮華生死有體故品物成形天地用順夫至大莫若天至厚莫若地至多莫若水至空莫若土至華莫若木至實莫若金至無莫若火至明莫若於日月至昏莫若於暗虛日月至明遇暗虛猶薄蝕昏黑並況於人乎哉夫地有山嶽川谷井泉江河洞湖池沼陂澤滯壑以宣吐其氣也天有列宿星辰三百四十八座亦天之精氣所結成凝瑩以爲星也星者體生於地精成於天列居錯峙各有所屬斯謂懸象矣或云玄象亦可兩存○夫日月徑周七百里三十六分之一其中○地廣二百里三十二分之一日者陽精之宗積精成象象成爲禽金雞大烏也皆曰三足表陽之類其數奇月者陰精之宗積精而成象象成爲獸玉兔蟾蜍也皆四足表陰之類其數偶是故奇偶之數陰陽之氣不失光明實由元氣之所生也夫人之受天地元氣始因父精母血陰陽會合上下和順分神減氣忘身遺體然後我性隨降我命託生綿綿十月之中人皆十月處於胞胎解在書末也蠢

蠢三時之內人雖十月胞胎其實受孕三十八臘一臘有一七日一變凡三十八變然後解胎求生求生之時四日之中善慧聰明者如在王室受諸快樂釋然而生如從天降下子母平善無諸痛苦親屬歡喜隣里相慶凶惡悖戾者如在牲牢受諸苦毒二命各爭痛苦難忍親族憂惶隣里驚懼凡在世人受孕數數則一定善惡兩分爲人子者安可悖亂五逆哉令生子滿三十日即相慶賀謂之滿月皆以此而習爲俗矣氣足形圓百神俱○備如二儀分三才體地法天負陰抱陽喻瓜熟蒂落啐啄同時既而產生爲赤子焉夫至人合懷道德沖泊情性抱一守虛澹寂無事體合虛空意栖胎息故曰合德之厚比於赤子赤子之心與至人同心內爲道德之所保外爲神明之所護比若慈母之於赤子也夫赤子以全和爲心聖人以全德爲心外無分別之意內無害物之心赤子以全和故能拳手執握自能牢固所謂骨弱筋柔而握固未知牝牡之合而峻作精之至終日號而不嗄

和之至執牢實者其由元氣充壯致骨弱筋
柔未知陰陽配合而含氣之源動作者由精
氣純粹之所然也陰爲雌牝陽爲雄牡峻謂
氣命之源氣命之源則元氣之根本也言赤
子心無情欲意無辨認雖有峻作且不被外
欲牽挽終無昳淪尾閭之虞其氣真精往還
泝流自然自在任運任真而已故曰精之至
也終日號啼而聲不嘶嗄者亦純和之至也
故曰和之至也嗄者聲物之破也赤子以元
氣內充真精存固全和之至乃不破散也上
○清洞真品云人之生也稟天地之元氣爲神○
爲形受元一之氣爲液爲精天氣減耗神將
散也地氣減耗形將病也元氣減耗命將竭
也故帝一回風之道泝流百脉上補泥丸下
壯元氣腦實則神全神全則氣全氣全則形
全形全則百關調於內八邪消於外元氣實
則髓凝爲骨腸化爲筋其由純粹真精元神
元氣不離身形故能長生矣泰少齊議黃帝
難經云男子生於寅寅爲木陽也女子生於
中申爲金陰也元氣起於子乃人命之所生

于此也男從子左行三十女從子右行二十
俱至於巳爲夫妻懷姙受胎氣于此也男從
巳左行十至寅女從巳右行十至申俱爲十
月受氣氣足形圓寅申乃男女所生于此也
從寅左行三十至未未謂小吉男行年所至
也從申右行二十至丑丑謂大吉女行年所
至也然乃許男婚而女娉矣如是永久焉則
元氣無所復精氣無所散故致長生也夫天
地元氣既起于子之位屬水水之卦爲坎主
北方恒嶽冀州之分野人之元氣亦同於天
○地在人之身生于腎也人之元氣得自然寂○
靜之妙抱清虛玄妙之體玄之又玄妙之又
妙是謂衆妙之門乃元氣玄妙之路也故玄
妙曰神神之靈者曰道道生自然之體故能
長生生命之根元氣是矣夫腎者神之室神
若無室神乃不安室若無神人豈能徤室既
固矣乃神安居則變凡成聖神自通靈神乃
受生而室不能固致使神不得安居室屋於
是空廢遂投於死地矣若人自以其妙於運
動勤於修進令內清外靜絕諸滓汙則大壯

營室神魂安居神之與祇恒爲營衛身之與
神兩相愛護所謂身得道神亦得道身得仙
神亦得仙身神相須窮於無窮也夫元氣者
乃生氣之源則腎間動氣是也此五藏六腑
之本十二經脉之根呼吸之門三焦之源一
名守邪之神聖人喩引樹爲證也此氣是人
之根本根本若絶則藏腑筋脉如枝葉根朽
枝枯亦以明矣問何謂腎間動氣荅曰右腎
謂之命門命門之氣動出其間間由中也動
由生也乃元氣之係也精神之舍也以命門○
有真精之神善能固守守御之至邪氣不得○
妄入故名守邪之神矣若不守邪邪遂得入
入即人當死也人所以得全生命者以元氣
屬陽陽爲榮以血脉屬陰陰爲衛榮衛常流
所以常生也亦曰榮衛榮衛即榮華氣脉如
樹木芳榮也榮衛藏腑愛護神氣得以經營
保于生路又云清者爲榮濁者爲衛榮行脉
中衛行脉外晝行於身夜行於藏一百刻五
十周至平旦大會兩手寸關尺陰陽相貫常
流如循其環終始不絶絶則人死流即人生

故當運用調理愛惜保重使榮衛周流神氣
不竭可與天地同壽矣夫混沌分後有天地
水三元之氣生成人倫長養萬物人亦法之
號爲三焦三丹田以養身形以生神氣有三
位而無正藏寄在一身主司三務上焦法天
元號上丹田也其分野自胃口之上心下鬲
巳上至泥丸上丹田之位受天元陽炁治於
膻中膻中穴在胷主温於皮膚肌肉之間若
霧露之溉爲中焦法地元號中丹田也其分
野自心下鬲至臍中丹田之位受地元陰炁○
治於胃管胃管穴在心下主腐穀熟水變化○
胃中水穀之味出血以營藏腑身形如地氣
之蒸焉下焦法水元號下丹田也其分野自
臍中下膀胱囊及漏泉下丹田之位受水元
陽氣治於氣海在臍下一寸府於氣街者氣
之道路也三焦都是行氣之主故府於氣街
街乃四通八達之大道也下焦主運行氣血
流通經脉聚神集精動靜陰陽如水流就濕
濕即濕濕言水行趣下也澆注以時雲氣上
騰降而雨爲仙經云我命在我保精受氣壽

無極也又云無勞爾形無搖爾精歸心靜默可以長生生命之根本決在此道雖能呼吸導引修福修業習學萬法得服大藥而不知元氣之道者如樹但有繁枝茂葉而無根蒂豈能久活耶若以長夜聲色之樂嗜欲之歡非不厚矣卒逢夭逝之悲永捐泉壠之痛是則爲薄亦已甚矣若以積年終日勤苦修鍊受延齡之方依玉經之法遵火食之禁知元氣之旨拘魂制魄留胎止精此非不薄矣卒逢長久之壽永住雲霄之境是則爲厚亦已○

○甚矣故性命之限識有極也嗜欲之情固無窮也以有極之性命逐無窮之嗜欲亦自斃之甚矣夫土能涸河不能涸海風能拔樹不能拔山嗜欲之能亂小人不能動君子夫何故哉君子乃處士也小人乃遊子也須知性分有極生涯難保若不示之以樞機傳之以要道宣之以心髓授之以精華則片言曉代一經皓首不可得聞道矣夫道者何所謂爲道即元氣也元氣者命本也命本者惟中之術也以存道爲法化精爲妙使氣流行運無

阻滯是故流水不腐戶樞不蠹若知玄之又玄男女同修夫婦俱仙斯謂妙道仙經云一陰一陽謂之道三元二合謂之丹泝流補腦謂之還精化爲氣謂之轉一轉一易一益每轉延一紀之壽九轉延一百八歲西王母云呼吸太和保守自然先榮其氣氣爲生源所爲易益之道益者益精也易者易形也能益能易名上仙籍不益不易不離死厄行此道者謂常思靈寶靈者神也寶者精也但常愛氣惜精握固閉口吞氣吞液液化爲精精化○

○爲氣氣化爲神神復化爲液液復化爲精精復化爲氣氣復化爲神如是七返七還九轉九易既益精矣即易形焉此易非是其死乃是生易其形變老爲少變少爲童變童爲嬰兒變嬰兒爲赤子即爲真人矣至此道成謂之胎息修行不倦神精充溢元氣壯實腦既已凝骨亦換矣仙經云陰陽之道精液爲寶謹而守之後天而老又云子欲長生當由所生之門遊處得中進退得所動靜以法去留以度可延命而愈疾矣又云以金理金是謂

真金以人理人是謂真人人常失道非道失
人人常去主非生去人要常養神勿失生道
長使道與生相保神與生相守則形神俱久
矣王母云夫人理氣如龍理水氣歸自然神
歸虛無精歸泥丸水出高源上入天河下入
黃泉橫流百川終歸四海氣之與水循環天
地流注人身輪轉無窮運行無極人能治之
與天地齊其經日月同其明矣古誌記云人
之元氣乃神魂之餚饌故曰子丹進餚饌正
○黃是以神服元氣形食五味氣清即神爽氣○
濁即神病故常謂勻修鍊氣常令氣清所謂
鍊神鍊魂却鬼制魄使形神俱安夫魂降於
天謂之神魄本於地謂之鬼鬼即屬陰神即
屬陽所以鍊魂神服元氣千萬不死身得昇
天食五味視徑鬼千萬皆死形沒於地夫魂
飛於天魄沉於泉水大分解各歸本元生則
同體死則相懸飛沉各異稟之自然何哉如
一條之木以火燔之煙即飛上灰即下沉亦
是自然而然也九皇上經曰始青之下月與
日兩半同升合成一出彼玉池入金室大如

彈丸黃如橘中有佳味甜如蜜子能得之慎
勿失注云交黎火棗生在人體中其大如彈
丸其黃如橘其味甚甜其甜如蜜不遠不近
在於心室心室者神之舍氣之宅精之主魂
之魄玉池者口中舌上所出之液液與神氣
一合謂兩半合一也太清誥云許遠遊與王
羲之書曰夫交黎火棗者是飛騰之藥也君
侯能剪除荊棘去人我泯是非則二樹生君
心中矣亦能葉茂枝繁開花結實君若得食
○一枝可以運景萬里此則陰丹矣但能養精○
神調元氣吞津液液精內固乃生榮華喻樹
根壯葉茂開花結實胞孕佳味異殊常品心
中種種乃形神也陰陽乃日月雨澤善風和
露潤沃溉灌也氣運息調榮枝葉也性清心
悅開花也固精留胎結實也津液流暢佳味
甜也古仙誓重傳付於口令以翰墨宣授宜
付奇人矣道林云此道亦謂玉醴金漿法玉
醴金漿乃是服鍊口中津液也一曰精二曰
淚三曰唾四曰涕五曰汗六曰溺人之一身
有此六液同一元氣而分配五藏六腑九竅

四肢也知術者常能歲終不泄所謂數交而
不失出便作獨卧之仙人也常能終日不唾
恒含而漱之令人精氣常存津液常留面目
有光老子節解云唾者溢為醴泉聚流為華
池府散為津液降為甘露漱而嚥之溉藏潤
身通宣百脉化養萬神支節毛髮堅固長春
此所謂金漿也可以養神明補元氣矣若乃
清玉為醴鍊金為漿化其本體柔而不剛色
瑩氷雪氣奪蘭香飲之一盃壽與天長此所
謂外金漿也可以固形體堅藏腑矣又常使
○身不妄出汗汗是神之信元調而運動微汗。
者適致也乃勿衝冷風若極勞形盜失精汗
者霡霂不止大因神形固當緩形徐行勞而
不極坐卧勿及疲倦行立坐卧常能消息從
容導引按摩消息令人起坐輕健意思暢適
又常伺候大小二事無使强關抑忍又勿使
失度或澀或實或滑多皆傷氣害生為禍甚
速此所謂知進退存亡聖人之道也夫聖凡
所共寶貴者命也賢愚所共愛惜者身也是
故聖人以道德仁義謙恭儉天文人事預

垂瑞兆以示君子也禮樂征伐法律刑典鬼
神卜筮夢覺警象以示小人也夫養生之要
先誠其外後慎其內內外寂靜此謂善入無
為也欲求無為先當避害何者遠嫌疑遠小
人遠苟得遠行止慎口食慎舌利慎處閑慎
力鬬常思過失改而從善又能通天文通地
理通人事通鬼神通時機通術數是則與聖
齊功與天同德矣夫術數者莫過修神淘鍊
真氣使年延疾愈外攘邪惡清淨心身使禍
害不干道德論曰大中之象莫高乎道德次
○莫大乎神明次莫廣乎太和次莫崇乎天地。
次莫著乎陰陽次莫明乎聖功夫道德可道
不可原神明可生不可伸太和可體不可化
天可行不可宣陰陽可用不可得聖功可觀
不可言是知可道非自然也可明非素真也
夫修無為入真道者先須保道氣於體中息
元氣於藏內然後輔之以藥物助之以百行
則能內愈萬病外安萬神內氣歸元外邪自
却却災害於外神道德於內內外相濟保守
身命豈不善乎老子云功成名遂身退天之

道又云功成事遂百姓謂我自然又云修之於身其德乃真修之天下其德乃普以身觀身以天下觀天下吾何以知天下之然哉以此夫何故教天子則為事法天教諸侯則以政理國教用兵則不敢為主教利器則不可示人教處世則和光同塵教出家則道與俗反教養性則谷神不死教體命則善壽不亡教修身則全神異悉教修心則虛心守道教見前則常善救物教冥報則神不傷人所謂事少理長由人備按其待也者則骨節堅强○

○顏色悅澤老而還少不衰不朽長存世間長生久視寒溫風濕不能傷鬼神精魅不敢犯五兵百蟲不敢害憂悲喜怒不為累常以六經訓俗方士按術此其真得道要矣真人云聖人知元氣起於子生於背胞於巳胎於午故存於心息於火養於未土生於申金沐浴於酉冠帶於戌土官榮於亥帝王於子水衰於土丑病於木寅死於震卯墓於巽辰墓即葬也葬者藏也歸者終也元氣元始於水歸終於風藏風於土是謂歸魂巽卯風也辰卯土也水之所流歸于辰也故云地缺於東南水流於巽戶列子云海之東有大壑焉號為尾閭是大水泄去之所人之元氣亦有尾閭之壑故象於水焉是知土藏其風風藏其土土藏其木木藏其土土藏其火火藏其土火所以墓在戌土所以墓在辰土也土藏其木木藏其土土藏其金金藏其土木所以墓在未土金所以墓在丑土土能藏木金水火而土自亦歸於土故墓亦在辰土是謂還元返本歸根復命之道老子云夫物芸芸各歸其根歸根曰靜靜曰復命復命曰常知常曰明○

○是謂知常道之理會可道之事即知明白之路達坦平之涯故曰知其白守其黑為天下式知常容容乃公公乃王王乃天天乃道道乃久是謂公道盜之公道盜之天地萬物無不通容陰符經云三盜既宜三才既安故曰食其時百骸理動其機萬化安真人云知此道者即識真水真火真鉛真汞真龍真虎真牙真車真金真石真木真土真丹真藥真神真氣真物真精真容真主既皆認得其真然

乃依師用師依道用道依術用術依法用法
修之鍊之淘之汰之研之精之調之習之仙
人所以目八字妙門一元真法謂之虛心實
腹飢氣渴津八字是也訣云常能虛寂一心
善亦不貯豈況一塵纖惡所謂靜心守一除
欲止亂泯垢除萬事畢恒使腹中飽實所謂
腹中無滓穢但有真精元氣淘汰修鍊不穀
自然開花結實矣飢即吞氣渴即嚥津不飢
不渴即調習使周流通暢不滯不隔蠢蠢陶
陶滔滔樂樂不知天地大小不知日月迴轉
○可以八百一十年為一大運耳夫修鍊法者○
言調和神氣使周流不竭絕於腎腎乃命門
故曰命術也神氣不竭則身形長生鍊骨化
形遊於帝庭位為真人以養元氣男女俱存
經頌云道以精為寶寶持宜密秘施人則生
人留己則生己生己永度世名籍存仙位人
生則陷身身退功成遂結嬰尚未可何況空
廢棄棄捐不覺多衰老而命墜天地有陰陽
元氣人所貴貴之合於道但當慎無貴夫能
養其元綿綿服其氣轉轉還其精沖融妙其

粹夫能服元氣者不可與餌一葉一花一草
一木靈芝金石之精滯砂礫之滓穢同日同
年而語哉老子云精者血脉之川源守骨之
靈神故重之以為寶氣者肌肉之氣雲固形
之真物故重之以為生人之一身法象一國
神為君精為臣氣為民民有德可為尊君有
道可以永久有天下是以能養氣有功可化
為精養精有德可化為神養神有道可化為
一身永久有其生三一訣云修鍊元氣真神
三一存至者即精化為神神化為嬰兒嬰兒
○化為真人真人化為赤子赤子乃真一也一○
乃帝君也能統一身主三萬六千神帝若在
身三萬六千神無不在也故能舉其身遊帝
庭天老十千經云食氣之道氣為至寶一歲
至肌膚充榮二歲至機關和良三歲至骨節
堅強四歲至髓腦填塞 填塞滿塞也 天有四
時氣應四歲食氣守一功備四年則神與形
通形能通神如日明焉不視而見形不聽而
聞聲不行而能至不見而知之所謂形一神
千得稱為仙形一神萬得稱嬰兒形一神萬

八千得稱其人形一神三萬六千得稱赤子
即真一帝君矣與日月長生天地齊齡道之
成矣夫元氣有一用則有二用陽氣則能飛
行自在朝太清而遊五嶽用陰氣即能住世
長壽遊太陽而遊洞穴是謂元氣一性陰陽
二體一能生二二能生三三生萬物萬物若
不得元氣分陰陽之用即萬物無由得生化
成長故神無元氣即不靈道無元氣即不生
元氣無陰陽即不形形須有氣氣須有陰陽
陰陽須有精精須有神神須有道道須有術
○術須有法法須有心心須有一一須有真真○
須有至至無至虛至清至淨至妙至明至至
相續續綿綿相接接須其人非道勿與人能學
道是謂真學學諸外事是謂淫學亦謂邪道
夫學道謂之內學內學則身內心之事名三
丹田三元氣一丹三神一氣分六氣陽則終
九陰則終六陽九百六天地之極亦人之極
至此謂之還元返本大云極者元氣內藏蓋
無出入之息兼爲有竅作出入息庶亦皆並
無出入之息此名得道謂之至無也真經曰

修鍊元氣至無出入息是落籍逃丁之士不
爲太陰所管三官不錄萬靈潛衛矣夫稱混
元者氣也周天之物名之混元混元之氣者
本由風也風力最大能載持天地三才五行
天地五才五行不能大其風風氣俱同一體
而能開花拆柳結實成果莫不由其四氣八
風也夫修心是三一之根鍊氣是榮道之樹
有心有氣如留樹留根根即心也存心即存
氣存氣即存一一即道也存道即總存三萬
六千神而總息萬機總息萬機即無不爲而
無不爲即至丹見矣服至丹者與天地齊年○
何謂至丹至丹即丹田真神真一帝君存身
爲主衆神存體元氣不散意絕淫蕩氣導禁
其神禁衆其故氣至無出入之息能胎息者
命無傾矣謂形留氣住神運自然羅公遠三
峯歌云樹衰培土陽衰氣補含育元氣慎莫
失度注云無情莫若木木至衰朽即壅土培
之尚得再榮又見以嫩枝接續老樹亦得長
生却爲芳嫩用意推理陽衰氣補固亦宜爾
衰陽以元氣補而不失取其元氣津液返於

身中即頹復童矣何況純全正氣未散元和純一遇之修鍊其功百倍切忌自已元氣流奔也真人云夫修鍊常須去鼻孔中毛宜降五藏六腑穀滓穢濁洗漱口齒沐浴身體誡過分酒忌非道色遇飲食先排獻明堂前心存祭祀三丹田九一帝真三萬六千神君恒一其意身調和神氣本末來去常令息勻如此堅守精氣得固即學節氣節氣時先閉口黙察外息從鼻中入以意預料入息三分而節其一分令住入訖即料出息三分而節其一分凡出入各節一分如此不得斷絶○夫節氣之妙要自已意中與鼻相共一則節之其氣乃使自止纔氣之出入入不節之其氣乃亦自專出入若解節之即不敢自專出入是謂節之由人不由氣也夫氣與神復以道為主道由心心由意即知意為道主意亦可謂之神也大約神使其氣以意為妙鼻失出口亦勞閉之舌柱齒覺小悶悶即微微放之三分留一却復閉之如上所說當節氣令耳無聞目無見心無思周而復始調習之氣未調

和常放少許出意度氣和即如法節之若意能一日節之然如常息者其氣即永固不假放節但勤用功即氣自永息不從口鼻出入一一自然從皮膚毛孔流散如風雲在山澤天地自然自在仙經云元氣調伏常常服之不絶不竭自不從口鼻出修鍊百日已來耳目自然不聞見也修鍊之人切不得亂食凡味即令元氣奔突又不能清淨其心不依教法唯貪財色嗜慾妒嫉恣食辛穢懷毒抱惡不敬仙法但務偷竊違負背逆爲凶者三官書過北陰君魂未死之間精神亡失忘前忘○後如癡如癡醉亂昏迷橫遭殃禍延於九祖形謝九泉此蓋失道負神明矣真人曰夫道者無義而無息子不見陰符經云天之無恩而大恩生天之至私用之至公禽之制在氣生者死之根死者生之根恩生於害害生於恩故天與道不私於人乃萬物而言恩人與萬物自有感仰之心歸恩於天道不恃其功至公至私與物不擇其曲直洪纖一體貴賤同途棄愛惜於坦然絶去留於用意是以順

天時者見生逆天意者見殺殺非以私生非以公但隨人物逆順自然而致其生殺也故曰無義而無恩夫道可及者雖仇讎而必化道不可及者雖父母而終不可言蓋夙分有無一一出於天籍且非一夕一朝而得偶會生所化者曰死死所化者曰生生死之根及復爲常蓋善於生者不爲死之行不善於生者爲死之行得死之行爲其死爲生之行得其生故得生者莫不由於氣氣所以能化於生則生化於死則死故曰禽之制在氣者唯○以氣感不以力爲氣感自於虛無而能制於○萬有至於天地日月星宿雲雷並賴氣之所轉運使不失墜落巍巍乎蕩蕩乎無始終安其所動樂其所靜是謂道氣自然若以身之禽制在氣者實由乎心不能禽制者亦心也

夫居於塵世惟利與名於中能不諂不偷無賊無害於物不傷和氣毎懍亭育之心斯近仁焉不貪不爭無是無非斯亦近乎道焉非內非外實而持之自有陰靈書其福秘災害遠去禍橫難侵自感上天下察益筭延齡大

道之元兹爲始也夫患及人物曰恩侵毀人物曰害行恩則福生行害則禍至莫忌對鏡求象從感生疑罔類之中狂癡之鬼亂則難穿六寸傾動百神斯須之間本則亡矣誠深誠之元氣有六寸內三寸外三寸人能保一寸延三十年壽若保四六寸則萬神備體自然永保長生失一寸減三十年之壽元氣訣云天地自傾我命自然黃帝求玄珠使离一不獲罔象乃獲者玄珠氣也离婁曰罔象心也元無者道體虛無自然乃無爲也無爲者乃○心不動也不動也者內心不起外境不入○內外安靜則神定氣和神定氣和則元氣自至元氣自至則五臟通潤五臟通潤則百脉流行百脉流行則津液上應而不思五味飢渴永絕三田道成則體滿藏實童顏長春矣

夫元氣修鍊氣化爲血血化爲髓一年易氣二年易血三年易脉四年易肉五年易髓六年易筋七年易骨八年易髮九年易形從此延數萬歲名曰仙人九年是鍊氣爲形名曰真人又鍊形爲氣氣鍊爲神名曰至人仙經

云神常愛人人不愛神神常愛者藉身以養
靈也人若造凶作惡即陷壞身身既毀敗神
乃去人神去人死得不驚哉所謂不知常妄
作凶也黃帝求道於皇人皇人問所得者凡
一千二百事乃謂曰子所得皆末事也又曰
子欲長生三一當明夫三一者乃上皇黃籙
之首篇也能知之者萬禍不干夫長生之術
莫過乎服元氣胎息內固靈液金丹之上藥
所以禽蟲蟄藏以不食而全蓋是息得其元
氣也節氣功成即學嚥氣但合口作意微力
○如嚥食一般嚥液嚥氣皆如嚥食存想入腎○
入命門穴循脊流上泝入腦宮又流膺下至
五星五藏相連內外相應各各有元氣管係
連帶若論元氣流行無處不到若一身內外
疾病之處以意存金木水火土五色相剋相
生以意注之無不立愈又有妙訣雖云可呬
呼吹噓唏一六之氣不及冷暖二氣以愈百
病夫節氣從容稍久含氣候暖而嚥之謂之
暖氣可愈虛冷若纔節氣氣滿便嚥謂之冷
氣可愈虛熱臨時皆以意度而行又或有病

但以呵呵十至三十知其應驗酒毒食毒俱
從呵氣並出若人能專心服元氣更須專念
於一存而視之可與日月同明矣夫天得一
以清天即泥丸有雙田宮紫宮亦曰腦宮宮
有三焉丹田洞房明堂乃上一神所居也其

名赤子帝卿元先常存念之即耳聰目明鼻
通腦實矣地得一以寧地即臍中氣海亦有
丹田洞房明堂三宮下三一神所居也其名
嬰兒元陽谷玄存念之永久即口不乏津液
實心寂不亂不惑自通神靈矣神得一以靈○
即心主於神心爲帝王主神氣變化感應從
心非有非無非空非色從麤入細從凡入聖
心爲絳宮亦有丹田洞房明堂三宮三一神
所居也其名真人子丹光堅存念不絕即帝
一不離身心身心安寧遇白刃來逼但當念
一一來救人必得免難道不虛言其三丹曰
其神九人皆身長三寸並衣朱衣朱冠幘先
履坐金床玉榻机按金鑪常依形象存而念
之一云男即一神長九分女長六分其兩存
注之夫元命者元氣也有身之命非氣不生

以道固其元以術固其命即身形神氣永長存矣我命之神即三丹田之三一神也其形影精光氣色凡三萬六千神皆臣於帝一一分二謂陽氣化為元龍陰氣化為玉女訣云氣之所在神隨所生神在氣即還神去氣即散若能存念其神以守元氣氣亦成神神亦成氣修之至此氣合則為影精光氣色氣散則為雲霧風雨出即為亂入即為真上結三元下結萬物靜用為我身動用為我神形神感應在乎運用神氣變化在乎存念。三元經云上元神名曰元中元神名還丹下元神名子安亦須知三一九神專存念之凡出入行住坐起所遇皆然精意專念玄之又玄道之極秘矣

雲笈七籤卷之五十六

雲笈七籤卷之五十七　職七

宋朝散大夫尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房奉進

諸家氣法

服氣精義論并序

天台白雲撰

夫氣者道之幾微也幾而動之微而用之乃生一焉故混元全乎太易夫一者道之沖凝也沖而化之凝而造之乃生二焉故天地分乎太極是以形體立焉萬物與之同稟精神著焉萬物與之齊受在物之形唯人為王在象之精唯人為靈並乾坤居三才之位合陰陽當五行之秀故能通玄降聖鍊質登仙隱景入虛無之心至妙得登仙之法所學多途至妙之至其歸一揆或消飛丹液藥効升騰或齋戒存修功成羽化然金石之藥候貲費而難求習學之功猶歲年而易遠若乃為之速効專之剋成與虛無合其道與神靈合其德者其唯氣乎黃帝曰食穀者知而夭食氣者神而壽不食者不死真人曰夫可久於其道者養生也常可與久遊者納氣也氣全則

生存然後能養志養志則合真然後能久登
生氣之域可不勤之哉是知吸引晨霞餐漱
風露養精源於五臟導榮衛於百關既祛疾
以安形復延和而享壽閉視聽以胎息返衰
朽以童顏遠取於天近取於己心閑自適體
逸無爲欣遊矣於百年全恬然於一室既輕
舉之諸術寘清虛之雅致與若養真之叢錄
化之功則佇雲軿而促翔馳羽駕而惜遠矣
服氣之經頗覽多本或散在諸部或未暢其
宗觀之者以不廣致疑習之者以不究無効。
今故纂類篇目詳精源流庶蟪蛄之嫌濟豈
龜龍之獨善耳凡九篇如後

五牙論第一

夫形之所全者本於臟腑也神之所安者質
於精氣也雖稟形於五神已具其象而體衰
氣耗乃致凋敗故須納雲牙而溉液吸霞景
以孕靈榮衛保其純和容貌駐其朽謝加以
久習成妙積感通神與五老而齊升並九真
而列位經文所載以視律達修學所遵自宜
詳覈服真五牙法每以清旦密呪曰祖文不

言面當宜各向其方平坐握固閉目叩齒
三通而祝中央向四維
東方青牙服食青牙飲以朝華祝畢舌料上
齒表舐脣漱口滿而嚥之三
南方朱丹服食朱丹飲以丹池祝畢舌料下
齒表舐脣漱口滿而嚥之三
中央戊己昂昂太山服食精氣飲以醴泉祝
畢舌料上玄膺取玉朮舐脣漱口滿而嚥之
三
西方明石服食明石飲以靈液祝畢舌料上○
齒內舐脣漱口滿而嚥之三
北方玄滋服食玄滋飲以玉飴祝畢舌料下
齒內舐脣漱口滿而嚥之三
都數畢以鼻內氣極而徐徐放之令五過已
上真道畢矣意詢諸方亦宜納氣各依其數
即東方九南方三中央十二西方七北方五
又曰先師益中央醴泉祝曰
白石巖巖以次行源泉湯洞以玉漿飲之長
生壽命益長如此語以下乖本文應不煩耳
此是靈寶五符經中法上清經中別有四極

雲牙之法其道密秘不可輕言
凡服氣皆先行五牙以通五臟然後依常法
乃佳
東方青色入通於肝開竅於目在形爲脉
南方赤色入通於心開竅於舌在形爲血
中央黄色入通於脾開竅於口在形爲肉
西方白色入通於肺開竅於鼻在形爲皮
北方黑色入通於腎開竅於耳在形爲骨
又肺爲五臟之華蓋第一肺居心上對胷有
六葉色如縞䏲紅肺脉出于少商左手大指
之端内側去爪甲二分許旨者之中心居肺。
下肝上對鳩尾下一寸色如縞䏲絳心脉出
于中衝左手中指之端去爪甲之二分許旨
者之中肝在心下小近後右四葉左三葉色
如縞䏲紺肝脉出于大敦左足大指端乃三
毛之中脾正掩臍上近前横覆于胃色如縞
䏲黄脾脉出于隱白左足大指端側去爪甲
角如韭葉左腎右腎前對臍搏著腰脊色如
縞䏲紫左爲正腎以配五臟右爲命門男以
藏精女以繫胞腎脉出爲湧泉左足心陷者

之中
凡服五牙之氣者皆宜思入其臟使其液宣
通各依所主既可以周流形體亦可以攻療
疾病令服青牙者思氣入肝中見青氣氤氲
青液融融分明良久乃見足大敦之氣循服
而至會於脉中流散諸脉上通於自然次服
諸方仍宜以丑後淨漱冠服入別室焚香坐
向其方靜慮澄心注想而爲之
服氣論第二
夫氣者胎之元也形之本也胎既誕矣而元
精已散形既動矣而本質漸弊是故須納氣。
以凝精保氣以錬形精滿而神全形休而命
延元本既實可以固存耳觀夫萬物未有有
氣而無形者未有有形而無氣者攝生之子
可不專氣而致柔乎
太清行氣符
欲服氣斷穀先書向王吞之七日吞一三七
日止合符三枚皆燒五香左右
凡欲服氣者皆宜先療身疹疾使臟腑宣通
肢體安和縱無舊疹亦須服藥去疾飲量體

冷熱服一兩劑寫湯以通泄腸胃去其積滯
吐瀉方在後将息平復訖乃清齋百日絜
操志其間所食漸去酸鹹減絶滋味得服茯
苓蒸曝胡麻等藥預斷穀爲佳服氣之始亦
不得頓絶其藥食宜日日減藥宜漸漸加氣氣
液流通體藏安穩乃可絶諸藥食仍須兼省
餌消潤之藥助之勿食堅澁滓滯冷滑之物
久久自覺腸胃虛全無復飢渴消息進退以
意自量不可具於此述宜於春秋二時月初
三日後八日前取其一吉日爲始先服太清○
行氣符計至其日令吞三符訖於靜室東向
得早朝景爲佳於東壁開一牕令日中光正
對卧面此室之東勿令他障隔以子時之後
先解髮梳頭數百下便散髮於後矣初服須
如此久後亦不須散髮也燒香勿用薰陸香
東向正坐澄心定思叩齒導引其法具後篇
又安坐定息乃西首而卧本經皆云東首然
面則向西於存息吸引殊爲不便牀須厚暖
所覆適温自得稍暖爲佳腰脚已下左右宜
暖其枕宜令低下與背高下平使頭頸順身

平直解身中衣帶令闊展兩手離身三寸仍
握固兩脚相去五六寸且徐吐氣息令調然
後想之東方初曜之氣共日光合丹于流暉
引此景而來至于面前乃以鼻先拔鼻孔中
毛初以兩手大指下掌按鼻左右上下動之
十數過令通暢微引吸而嚥之久久乃不須
引吸但存氣而嚥之其氣自入此便爲妙嚥
之三乃入肺中小開脣徐徐吐氣入氣有纔
急宜在任性調息必不得頓引至極則氣麤
麤則致損又引嚥之三若氣息長加至五六○
○嚥得七尤佳如此以覺肺間大滿爲度且停
嚥乃閉氣存肺中之氣隨兩肩入臂至手握
中入存下入於胃至兩腎中隨髀至兩脚心
中覺皮肉間習習如蟲行爲度訖任微喘息
少時待喘息調依法引導送之覺手足潤温
和調暢爲度諸服氣方皆存入腹不先向四
肢故致四肢遍冷五臟壅滯是以必須先四
肢然後入腹即氣自然流宣也此後不復須
存在肺直引氣入大腸小腸中鳴轉通流膝
下爲度應如此以腸中飽滿乃止則豎兩膝

急握固閉氣鼓腹九度就鼓中仍存其氣散
入諸體閉之欲極徐徐吐之慎勿長若氣急
稍稍并引而吐之若覺腹中悶此一極則止
如腹猶滿急便閉氣鼓之訖舒脚以手摩面
將胷心而下數十度并摩腹繞臍手十數度
展脚趾向上反偃數度乃放手縱體忘心遺
形良久待氣息閑節調平訖乃起若有汗以
粉摩拭頭面頸項平坐稍動搖關節體和如
常可起動其中隨時消息觸類多方既不云
煩述耆以意調適之又服氣所以必令停於
肺○上入於胃至於腎者何肺藏氣氣之本也○
諸氣屬於肺夫氣通於肺又肺者藏之長也
爲諸藏之華蓋呼吸之津源爲傳送之官治
節出焉又魄門爲五藏之使爲四藏之主通
於十二經脉周而復始故爲五藏使也故令
氣停於肺而後流行焉胃者五藏六腑之海
也水穀皆入於胃六腑之大主也五藏六腑
皆禀於胃五味入胃各走其家以養五氣是
以五藏六腑之氣皆出於胃變見於氣口故
也腎者生氣之源五藏六腑之本十二經脉

之根左爲正腎右爲命門故令氣致於腎以
益於其精液天食人以五氣地食人以五味
五氣入於鼻藏於心肺五味入於口藏於腸
胃味有所藏以五氣和而生津液氣液相感
神乃自生 五味豈獨其穀而五味氣中自有
其味又兼之以桑桑之五味尤勝其穀此雖
只論肺腎其氣亦自然流通諸藏故曰呼出
心與肺吸入腎與肝呼吸之間脾受其味也
呼吸之理及神氣之要故太上問曰人命在
幾間或對曰在呼吸之間太上曰善哉可謂
爲道矣
○凡服氣皆取子後午前者雞鳴至平旦天之
陰陰中之陽也平旦至日中天之陽陽中之
陽也日中至黃昏天之陽陽中之陰也黃昏
至雞鳴天之陰陰中之陰也人亦如是又春
氣行於經絡夏氣行於肌肉秋氣行於皮膚
冬氣行於骨髓又正月二月天氣始方地氣
始發人氣在肝三月四月天氣正方地氣正
發人氣在脾五月六月天氣盛地氣高人氣
在頭七月八月陰氣始殺人氣在肺九月十

月陰氣冰地氣始閉人氣在心十一月十二
月冰復地氣合人氣在腎至四時之月宜各
依氣之所行兼存而爲之
凡服氣皆取天景明澄之時爲好若恒風雨
晦霧之時皆不可引吸外氣但入密室閑服
內氣加以諸藥也
凡服氣斷穀者一旬之時精氣弱微顏色萎
黃二旬之時動作瞑眩肢節悵恨大便苦難
小便赤黃或時下痢前剛後溏三旬之時身
體消瘦重難以行已前羸弱之候是專氣初
服所致若以諸藥不至於此也○四旬之時顏
色漸悅心獨安康五旬之時五藏調和精氣
內養六旬之時體復如故機關調暢七旬之
時心惡諠煩志願高翔八旬之時恬惔寂寞
信明術方九旬之時榮華潤澤聲音洪彰十
旬之時正氣皆至其效極昌修之不止年命
延長三年之後瘢痕滅除顏色有光六年髓
填腸化爲筋預知存亡經歷九年役使鬼神
玉女侍傍腦實脇駢不可復傷號曰真人也
五靈心丹章行之十五日心陰心通五年當

身心俱通
東方長生章　一氣和大和　得一道皆太
和乃無不和　玄理同玄際
右誦九十遍氣不調存誦之便調
南方不飢章　不以意思意　亦本求無思
意而不以思　是法如是持
右誦三十遍飢時存誦之便飽
中央不熱章　諸食氣結氣　非諸久定結
氣歸諸本氣　隨取當隨泄
右誦一百二十遍熱時存誦之便涼
○西方不寒章　修理志離志　積修不符離○
志而不修志　已業無已知
右誦七十遍寒時存誦之便煖
北方不渴章　莫將心緣心　還莫住絕緣
心存莫存心　真則守真淵
右誦五十遍渴時存誦之便不渴
所主寒熱等本文如此然放五臟之義乃有
所乘唯渴誦北方章是謂令爲瑰神不寧誦
東方章寒誦西方章飢誦南方章渴誦北方
章熱誦中央章亦可以五臟行之以義消息

爲之誦既不論早晚然以子午前爲住誦玉方數畢即誦大道讃一遍

大道無形　因物爲名　乾坤萬品　秀氣乃成
既受新質　惟人抱靈　五行三才　秋殺春生
四九寶偈　除誦守精　修奉太和　不虧不盈
嚼之無味　嗅之無馨　察之無色　和之無聲
坐卧無所　行走無程　遊歷太空　湛爾黄庭
動而不去　住而不寧　無營無作　無視無聽
非聚非散　非離非并　非巨非細　非重非輕
非黄非白　非赤非青　道高黄老　曉朗其情○
○太上要章　封密金城　子得聞之　命合真星

此五靈章既可通五藏氣每宜通誦之仍各存藏位其文有苦寒熱飢渴者始可别誦章爾當面向其方坐閉目澄神閉口心誦仍動舌踊料口中令津液生微微引氣而嚥之各入其藏中此法專行應至虚假兼以符水藥味則不致羸頓矣

服六戊氣法　氣旦先從甲子旬起向辰迎舌料上下齒取津液周旋三至而一嚥止次向寅次向子次向戌次向申次向午又法起甲子日匝一旬恒向戊辰嚥氣甲戌日則向戊寅餘旬依爲之此六戊法亦是一家之義以戊氣入於脾爲倉廩之本故也此真不飢若通益諸體則不逮餘法矣

服三五七九氣法　徐徐以鼻微引氣內之三以口吐死氣久久便三氣次後引五氣以口一吐死氣久久便五氣次引七氣以口一吐死氣久久便七氣次引九氣以口一吐死氣久久便九氣因三五七九而并引之以鼻二十四氣內之以口一吐死氣久久便二十○
○四氣嚥遞報之法因從九數下到三復順引之嚥可九九八十一嚥氣而一吐之以爲節也此法以入氣多吐氣少爲妙若不作此限數漸增入則意於常數之耳死氣者是四時五行休死之氣存而吐之自餘節度仍依常法

養五藏五行氣法　春以六丙之日時加巳食氣百二十致於心令心勝肺無令肺傷肝此養肝之氣也夏以六戊之日時加未食氣百二十以助脾令脾勝腎則腎不傷於心也

季夏以六庚之日時加申食氣百二十以助肺令肺勝肝則肝不傷於脾也秋以六壬之日時加亥食氣百二十以助腎令腎勝心則心不傷於肺也冬以六甲之日時加寅食氣百二十以助肝令肝勝脾則脾不傷於腎也

右此法是五行食氣之要明時各有九凡一千八十食氣各以養藏周而復始不相剋精心為之此法是一家之義所在五藏事事具在五牙論中

○導引論第三

夫肢體關節本資於動用經脉榮衛實理於○宣通今既閑居乃無運役事須導引以致和暢戶樞不蠹其義信然人之血氣精神者所以奉生而周其性命也脉經者所以行血氣也故榮氣者所以通津血強筋骨利關竅也衛氣者所以溫肌肉充皮膚肥腠理司開闔也又浮氣之循於經者為衛氣其精氣之行於經者為榮氣陰陽相隨內外相貫如環之無端也又頭者精明之腑背者胷之腑腰者腎之腑膝者筋之腑髓者骨之腑又諸骨皆屬於目諸髓皆屬於腦諸筋皆屬於節諸血皆屬於心諸氣皆屬於肺此四肢八谿之朝夕也是知五勞之損動靜所為五禽之導搖動其關然人之形體上下相承氣之源流升降有敍比日見諸導引文多無次第今所法者實有宗旨其五體平和者依常數為之若一處有所偏疾者則於其處加數用力行之

凡導引當以丑後卯前天氣清和日為之先解髮散梳四際上達頂三百六十五過散髮於後或寬作髻亦得燒香面向東平坐握固○閉目思神叩齒三百六十過乃縱體平氣依○次為之先閑氣以兩手五指交叉反掌向前極引臂拒托之良久即舉手反掌向上極臂即低左手力舉右肘令左肘臂按著後項左手向下力牽之仍亞向左闊右腋努脇為之低右舉左亦如之即低手鈎項舉兩肘偃胷仰頭向後令頭與手前後競力為之即低手鈎項擺肘縱身向左向右即放手兩膝上微吐氣通息又從初為之三度云云

符水論第四

夫符文者雲篆明章神靈之書字也書有所
象故神氣存焉文字顯焉有所生故服用朱
焉夫水者氣之津潛陽之潤也有形之類莫
不資焉故水爲氣母水潔則氣清氣爲形本
氣和則形泰雖身之榮衛自有內液而腹之
臟腑亦假外滋即可以通腸胃爲益津氣又
可以導符靈助祝術今撰諸符水之法以備
所用可按而爲之焉符在本經

服藥論第五

夫五臟通榮衛之氣六腑資水穀之味今既
○服氣則藏氣之有餘又既絕穀則腑味之不○
足素問曰穀不入半日則氣衰一日則氣少
故須諸藥以代於穀使氣味兼致臟腑而全
也清陽爲天濁陰爲地清陽出上竅濁陰出
下竅清陽發腠理濁陰走五臟清陽實四肢
濁陰實六腑清陽爲氣濁陰爲味味歸形形
歸氣氣歸精精食氣形食味氣爲陽味爲陰
陰勝則陽病陽勝則陰病和氣以通之味以
實之通之則不億實之則不羸矣今以草木
之藥性味於臟腑所宜爲安臟丸理氣膏其
先無病疢臟腑平和者可常服此丸膏并茯
苓巨勝等丹服之藥若臟有疾者則以所宜
者增損之服如先有痼疾及別得餘患者當
別醫攻療則非此之所愈也其上清方藥各
依本經禀受者自宜遵服

安和臟腑丸方

茯苓　桂心　甘草炙已上各一兩
人參　柏子仁　薯蕷
麥門冬去心已上各二兩　天門冬四兩
右搗篩爲散白蜜和爲丸丸如梧桐子大每
○服三十丸日再服以藥飲下之松葉枸杞等○
諸藥可爲飲也

治潤氣液膏方

天門冬煎五升　黃精煎五升　地黃煎五升
朮煎五升已上煎各煎訖相和著　茯苓二兩
桂心二兩　薯蕷五兩　澤瀉五兩
甘草三兩炙
右並搗以密絹篩令極細內諸煎中又內熟
巨勝杏仁屑三升白蜜二升攪令稠重湯煑
攪勿令住手令如膏便調強爲佳冷凝擣數

千杵瓷器貯固之少出充服每早晨以一丸如李核大含消嚥之日再三此藥宜八月九月合至三月已來服之若三月二月中更煑一度令稠硬則經夏不復壞

慎忌論第六

夫氣之爲理也納而難固吐而易竭難固須保而使全易竭須惜而勿泄真人曰學道常如憶朝飧未有不得之者惜氣常如惜面未有不全之也又曰若使惜氣常如一身之先急吾少見於枯悴矣其於接言笑務宜省約○運動呼吽特須調緩觸類愛慎方免所損矣○夫人之爲性也與天地合體陰陽混氣皮膚骨體臟腑榮衛呼吸進退寒暑變異莫不均乎二儀應乎五行也是知天地否泰陰陽亂焉臟腑不調經脉之候病焉因外所中者百病起於風也因內所致者百病生於氣也故曰恬惔虛寂真氣居之精神內守病從何來信哉是言故須知形神之性而全之辨內外之疾畏而慎之素問曰天有宿度地有經水人有經脉天地和則經水安靜寒則經水凝泣暑則經水滯溢卒風暴起則經水波湧而隴起或虛邪因而入客亦由水之得風也天温日明則人血淖液而衛氣揚天寒日陰則人血凝泣而衛氣沉血氣者喜温而惡寒寒則泣而不能流温則喜而去之蒼天之氣清靜則志意治從之則陽氣固賊邪不能容此因時之序也月始生則人血氣始精衛氣始行月郭滿則血氣實肌肉堅月郭空則肌肉減經絡虛衛氣去形獨居是以因天時而調血氣者也若此時犯冒虛邪則以身之虛而逢天之虛兩虛相感其起至骨入則傷五臟○故曰天忌不可不知也八正者所以候八風虛邪以時至者也八正之虛邪避之如矢射慎勿犯之假令冬至之日風從南來爲賊傷也謂從虛之鄉來乃能病人也他節倣此陽氣者一日而生外平旦入氣生日中陽氣隆日西陽氣虛氣門乃開是故暮而收拒無擾筋骨無見霧露及此三時形乃困薄久視傷血久卧傷氣久立傷骨久行傷筋久坐傷肉是謂五勞所傷也憂愁思慮則傷心形寒飲

冷則傷肺恚怒氣逆上而不下則傷肝飲食勞倦則傷脾久坐濕地強力入水則傷腎人有五氣喜怒憂悲恐也怒則氣上喜即氣緩悲則氣消恐則氣下寒即氣聚熱則氣泄憂則氣亂勞則氣耗思則氣結喜怒不節寒暑過度氣乃不固五味所入苦入心辛入肺酸入肝甘入脾鹹入腎陰之生本在五味是故味過於酸則肝氣以津肺氣乃絶味過於鹹則骨氣勞短肌氣折味過於苦則心氣喘滿○色黑腎氣不衡味過於甘則脾氣濡骨氣乃○厚味過於辛則筋脈沮弛精神乃央是故謹和五味則骨正筋柔氣血以流湊理以密如是則氣骨以精謹道如法長天有命多食鹹則脉凝冱而變色多食苦則皮槁而毛拔多食辛則筋急而爪枯多食酸則肉胝䐢而脣揭多食甘則骨痛而髮落此五味之所傷也此論飲食之五味而藥性亦有五味服餌九散特宜慎之服氣之人不宜食辛味何者辛走氣氣病無食辛也

五臟論第七

夫生之成形也必資之於五臟形或有廢而臟不可闕神之為性也必稟於五臟性或有異而氣不可虧是天有五星進退成其經緯地有五嶽靜鎮安其方位氣有五行混化弘其埏埴人有五臟生養處其精神故乃心藏神肺藏魄肝藏血脾藏肉腎藏志志通內連骨髓而成身形矣又心者生之本神之處也肺者氣之本魄之處也肝者罷極之本魂之處也脾者倉廩之本榮之處也腎者封藏之○本精之處也至於九竅施為四肢動用骨肉○堅實經脈宣行莫不稟源於五臟分流於百體順寒暑以延和保精氣而享壽且心為諸臟之主主明則運用宜通有心之子安可不悟其神之理邪臟有要害不可不察肝生於左肺生於右心部於表腎位於裏脾為之使胃為之市心為之汗肺為之涕汗為之淚脾為之涎腎為之唾是謂五液心為噫肺為咳肝為語脾為笑腎為嚏天氣通於肺地氣通於肝雷氣通於心穀氣通於脾雨氣通於腎五臟各有所合心之合於脉也其榮色也肺

之合於皮也其榮毛也肝之合於筋也其榮爪也脾之合於肉也其榮脣也腎之合於骨也其榮髮也五臟各有腑臟爲陽腑爲陰五臟者藏精神而不瀉也故滿而不能實六腑者受水穀而不留故實而不能滿則小腸爲心之腑大腸爲肺之腑膽爲肝之腑胃爲脾之腑膀胱爲腎之腑六腑者各有其應小腸者脉其應也大腸者皮其應也膽者筋其應也胃者肉其應也三焦膀胱者腠理毫毛其應也十二臟之相使者心者君主之官神明出焉○肺者相傳之官治節出焉肝者將軍之官謀慮出焉膽者忠正之官決斷出焉膻中者臣使之官喜樂出焉脾胃者倉廩之官也五味出焉大腸者傳導之官也變化出焉小腸者受盛之官也化物出焉腎者作强之官也伎巧出焉三焦者決瀆之官也水道出焉膀胱者州郡之官也津液藏焉化氣則能出焉凡出十二官不得相失也故主明則下安和以此養生則壽没世不殆主暗十二官危使道閉塞而不通形乃大傷以此養生則殆也

服氣療病論第八

夫氣之爲功也廣矣妙矣故天氣下降則寒暑有四時之變地氣上騰則風雲有八方之異兼二儀而爲一體者總形氣於其人是能存之爲家則神靈儼然用之於禁則功効著矣況以我之心使我之氣適我之體攻我之疾何往而不愈焉昔服閑居則易爲存使諸有疾痛皆可按而療之凡欲療疾皆可以日出後天氣和靜面向日在室中亦向日存爲○之平坐瞑目握固叩齒九通存日赤暉紫芒乃長引吸而嚥之存入所患之臟腑若非臟腑之疾是謂肢體筋骨者亦宜先存入所主之臟也閉極又引凡得九嚥覺其臟中有氣乃存其氣攻於所苦之處閉極微微吐氣其息稍定更嚥而攻之覺疾處温暖汗出爲佳若在四肢應可導引者則先導引其處已後攻之雙是體上亦宜按念令其氣通若在頭中當散髮梳頭皮數百下左右搖頭數十過乃吸氣訖以兩手指於項上急擧之以頭向

上力拒之仍存氣向上入腦於項髮諸孔衝
出散去一極訖放手通氣更爲之以覺頭頸
汗出痛處寛暢爲候若病在臟腑者仰卧吸
引存入其處得五六氣則一度閉息攻之皆
以意消息其病或久來痼疾并有癥塊堅積
者則非氣之所能愈終亦覺積寛平也兼藥
同療亦無所妨乃於藥性易効爾雖用氣攻
病雖攻其處膚腠散出然兼依明堂圖取其
所療之穴而相引去之佳既知其穴宜依十
二月各用其律管急按穴上相而出之則心○
○存有所主氣行有所適矣
黃鍾十一月律也管長九寸空中圍九分諸
管並同
大呂十二月律也管長八寸太蔟正月律也
管長七寸強夾鍾二月律也管長七寸強姑
洗三月律也管長七寸強仲呂四月律也管
長六寸強蕤賓五月律也管長六寸強林鍾
六月律也管長六寸強夷則七月律也管長
五寸強南呂八月律也管長五寸強無射九
月律也管長四寸強應鍾十月律也管長四

寸強皆取山陽之竹孔圓者其節生枝不堪
用手臂不援雖云手臂諸有疾處亦可爲之
先以一手徐徐按摩所疾之處良久畢乃瞑
目內視視見五臟嚥液三過叩齒三通正心
微祝曰
太上四玄五華六庭三魂七魄天關地精神
符榮衛天胎上明四肢百神九節萬靈受籙
王晨刊書玉城玉女侍身玉童護命永齊二
景飛仙上清長與日月年俱後傾超騰昇仙
得整太平流風結痾注鬼五飛魍魎冢訟二○
○氣徘徊陵我四肢干我盛衰太山天丁龍虎
曜威斬鬼不祥凶邪即摧考注匿訟百毒隱
非使我復常日月同輝考注見犯北辰收摧
如有干試千明上威
常以生氣時嚥液二七過接體所痛處向王
而祝曰
左玄右玄二神合真左黃右黃六華相當風
氣惡疾伏匿四方玉液流澤上下宣通內遣
水大外辟不祥長生飛仙身常休強畢又嚥
液二七過又當急按所痛處三十一過常如

此則無疾也

病候論第九

夫生之爲命也資乎形神氣之所和也本乎臟腑形神貞順則生全而享壽臟腑清休則氣泰而無病然且稟精結胎之初各因四時之異誕形立性之本罕備五常之節故躁擾多端喜怒增結或積痾於受生之始或致疾於役身之時是故喜怒憂傷自内而作疾也寒暑飲食自外而成病也强壯之歲唯知犯觸衰謝之年又乖修養陰陽互升形氣相違○

○諸疾既生厥後多狀況乎服氣之者穀餌已斷形體漸羸精氣未全神魂不暢或舊疾因之以發動新兆致之以虛邪須知所由宜詳所療今粗具可辨之狀以代問醫則其氣攻之衝希同勿藥虛實之形其何以生自氣血以并陰陽相傾氣亂於衛血流於經血氣離居一實一虛血并於陰氣并於陽故爲驚狂血并於陽氣并於陰乃爲炅中血并於上氣并於下煩悗善怒血并於下氣并於上亂而善忘陽虛則外寒陰虛則内熱陽盛則内寒陰盛則外熱五臟之道皆出於經遂行血氣血氣不和百病乃變化血而生氣有餘則腹脹飧泄不厥天之邪氣感則害五臟水穀之寒溫感則害六腑也地之濕氣感則害皮肉筋脉也又邪之主也或生於陰或生於陽生於陽者得之風雨寒暑生於陰者得之飲食居處陰陽喜怒陽者天氣也主外陰者地氣也主内陽道實陰道虛故犯賊風虛邪者陽受之飲食不可不節起居不時者陰受之則入六腑陰受之則入五臟入六腑則身熱不○

○卧上爲喘呼入五臟則填滿閉塞下爲飧泄久爲腸癖故喉主天氣咽主地氣陽受風氣陰受濕氣陰氣從足上行至頭而下行循臂至指端陽氣從手上行至頭而下行至足故曰陽病者上行極而下行陰病者下行極而上行傷於風者上先受之傷於濕者下先受之頭者精明之腑頭傾視深精則奪矣背者胷之腑也背曲肩隨胷將壞矣腰者腎之腑也轉搖不能腎將憊矣膝者筋之腑也屈伸不得則僂跗筋將憊矣髓者骨之腑也不能

久立行則掉慄骨將憊矣肺熱病者右頰赤心熱病者顏先赤肝熱病者左頰赤脾熱病者鼻赤腎熱病者頤赤病雖未發見其色者所宜瘵之故曰瘵未病之病肺熱病者色白而毛槁心熱病者色赤而絡脉溢肝熱病者色蒼而寤枯脾熱病者色黃而肉濡腎熱病者色黑而齒枯

肝主春足厥陰少陽主治其日甲乙肝苦逆急食鹹以緩之又曰肝病欲散急食苦以瀉之禁當風肝惡風也

○心主夏手少陰太陽主治其日丙丁心苦緩○急食鹹以收之又曰心病欲濡急食鹹以濡之用酸補之甘瀉之禁溫衣熱食心惡熱也

脾主長夏足太陰陽明主治其日戊己脾苦濕急食苦以滲之又曰脾病欲緩急食甘以緩之用苦補之辛瀉之禁濕食飽食濕地濡衣脾惡濕也

肺主秋手太陰陽明主治其日庚辛肺苦氣上逆急食鹹以泄之又曰肺病欲收急食甘以收之鹹瀉之禁寒衣飲冷肺惡寒也

腎主冬足少陰太陽主治其日壬癸腎苦滲急食辛以潤之腠理致液氣通又曰腎病欲急食苦以堅之用辛補之酸瀉之焠㶼無熱食溫衣腎惡滲之辛走氣氣病無食辛甘走肉肉病無食甘鹹走血血病無食鹹酸走筋筋病無食酸是謂五禁而多食也 一

肺病者喘咳逆氣肩背痛汗出尻陰股膝腨胻足背痛虛則少氣不能報息耳聾嗌乾矣

心病者胷中痛脅肢滿脇下痛膺背肩胛間兩臂內痛虛則胷腹大脅下與腰相引而痛

○肝病者兩脇下痛引入小腹令人善怒虛則○恐如人將捕之氣逆則頭痛耳聾頰腫脾病者身重肌肉萎足不收行善瘈脚下痛虛則腹脹腸鳴飧泄食不化

腎病者腹大體重喘咳汗出惡風虛則胷中痛也

肺風之狀多汗惡風時欲咳嗽喘氣晝日善暮則甚診在眉上其色白

心風之狀惡風焦絶善怒診在口其色赤

肝風之狀惡風喜悲微蒼嗌乾喜怒診在目

下其色青

脾風之狀多汗惡風身體怠墮四肢不通微黃不嗜食診在鼻上其色黃

胃風之狀多汗惡風食飲不下隔塞不通腹善滿失衣則䐜脹食寒則泄診在形瘦而腹大

首風之狀其頭痛面多汗惡風先當風一日病其頭痛不可出至其風止則小愈矣

雲笈七籤卷之五十七

雲笈七籤卷之五十八

[illegible]

諸家氣法

胎息精微論

身不衰老內食太和元氣為首清淨自鍊委身放體志無念慮安定臟腑洞極太和長生久視潛氣不動意如流水前波已去而後波續來不逐也行之不休得道真矣每日入淨室守玄元玄元謂存玄門玄中有玄是我命命中有命是我形形中有形是我精精中有精是我氣氣中有氣是我神神中有神是我自然德以形為車道以氣為馬魂以精為根魄以目為戶形勞則德散氣越則道叛精銷魂損目動魄微是以靜形愛氣全精寶視道德凝密魂魄固守所以含道不言得氣之真肌膚潤澤得道之根手足流汗精氣充溢不飢不渴龜龍胎息綿綿長存用之不勤飲于玄泉登于太清還年返嬰道之自然至道不遠近在己身用心精微命乃延永夫道者或傳服五牙五牙者五行之生氣黃庭經云存

散五才不飢不渴八方四時日月星辰等氣
思自頂而入鼻而出雖古經所載爲之者少
見成遂亦非食穀者所致行致耳是以服氣
者多不得其訣要徒精勤矣既得其門復悋
其訣即在精勤不懈矣
桑榆子曰鳥鵲而至于天地是不知量彼
五牙八方四時日月星辰等救不爲物地
者設無成也當俟其稍近之時可也
凡胎息服氣從夜半後服內氣七嚥每一嚥
○既調氣六七息即更嚥之每嚥如水流過坎○
聲是氣通也直下氣海中凝結腹中充滿如
含胎之狀氣從有胎中息氣海中有氣充然
從爲胎息之道也氣成即清氣凝爲胎濁氣
而出散從手足及髮而出也胎成即萬疾自
遣漸通仙靈今之學其氣長也或得古方或
校自非道皆閉口縮鼻但貪息長而不知藏
擁閉首積正氣殊非自然之息但傾勞形神
無所稗益凡服氣之時即須關節通胃海開
納元氣固納畢即關節還閉徐徐鼻出納外
氣自然內外不離胎中氣亦不出但潛屈指

數息從十至百數從一百至二百三百此爲
小通即耳目聰明百病皆愈若抑塞口鼻擬
習胎息殊無此理也口鼻氣既不通即畜損
臟腑有何益哉凡餌內氣者用力寡而見功
多惟在安神靜慮不煩不擾則氣道疎暢關
節開通內含元和終日不散膚體潤澤手足
汗出長生之道訣在此矣從夜半後服七嚥
即閉氣但內氣不出鼻口常徐徐出納外氣
內氣都不相雜至五更又服七嚥平旦又服
七嚥都二十一嚥止若休粮者即不限此數
○肚空即嚥內氣嚥內氣常滿自無飢渴初似○
小難久久習慣自然內外之氣不相混雜也
漸漸關節開通也毛髮疎暢氣自來往亦不
假鼻中徐徐通外氣也胎息之妙窮於此也

茅山賢者服內氣訣

側卧右脇著地微縮兩足著頭向南面東兩
手握固傍其顧閉取內氣極力關喉嚥之如
比七嚥一吐氣若病時服氣一嚥兩嚥一吐
然後一七嚥一吐氣可也又調息令出入氣
勻準前又嚥都四十嚥然起坐鍊之豎膝坐

兩手相叉抱膝閉氣鼓腹二七或三七氣滿即吐更調息特不得令喘麤調訖又閉氣二七或三七一吐氣使腹調適乃休或汗出頭足皆熱此氣通也即當飽滿三關百節宣通暢適行之十年登仙老容返少夫舊經皆存想恐為煩勞卻使心意難行服氣本於胎息但無思念自合元化之功久久行之當自知其妙矣僕遊蒙山遇此賢者年可五十已下其精神精朗頗異於俗因問云貞觀已前遊此山不道姓名自稱老夫僕遂慇懃拜之蒙授此訣行之頗甚弘益妙哉妙哉凡欲得道。不死腸中無屎音俙欲得長生五臟精明故黃庭經云何不食氣太和精故能不死入黃寧陰符云積火可以焚五毒五毒則五味五味盡可以長生西王母謂武帝曰能益能易名上仙籍不益不易不離死厄所謂益易者能益精易形也常法能愛精握固閉氣吞液則氣化為血血化為精精化為液液化為骨常行之不倦精神充滿為之一年易氣二年易骸一本為易血也三年易血一本為易脈四年易肉五年易筋一云易髓六年易髓七年易骨八年易髮九年易形十年道成位居真人變化自由即靈官玉女而侍焉

胎息根旨要訣

古修胎息者尋其所著皆未達于玄門據其文字所陳悉皆互有得失或云無氣是胎閉氣不喘是息各執一門未有所趣達誤後學疑惑益滋而修生之人性命已殆足可悲哉余今所得實為簡易將來學人保而深惜夫云服氣即胎息之妙用也切在分析內外氣及在臟腑之氣統一身之所生不可得而知。也此氣須日日生之凡麤氣在榮衛之中為喘鳴之氣氣本麤者命促氣本細者命長衆氣在臟腑之內為運動之氣此兩者並非修服之氣其胎息者是天地陰陽二氣初結精之氣氣結而為形形既成立則精氣先凝焉。雙瞳子雙瞳子者即父之精氣號為純陽之精故能鑒視萬物又受母之陰氣而成玄牝者即口鼻也是知形為受氣之本氣為成形之根則此二氣為形之根蒂者也根蔕既成

則能隨母呼吸綿綿十月胎體成而生故修養者効之夫云復其根本此胎息之要也古皆云氣海者為氣之根本此說非也為不知其所止是以復之無益古仙皆口口相受非著於文字之中蓋欲貽其同志所謂根本者正對臍第十九椎兩脊相夾脊中空處膀胱下近脊是也名曰命蔕亦曰命門亦曰命根亦曰精室男子以藏精女子以月水此則長生氣之根本也今之所復其根本修其所生斯則形中母子何不守之夫氣為母而神為○子○氣則精液也氣無形質隨精液以上下但先立形則因形而住氣為其母而子不捨母則依母而住神氣住形中故能住世長生久視故修生之人常令神與氣合子母相守自然玄牝無出入息也莊周云真人息以踵言其息深深也老子經云深根固蔕是為復命此乃命門元氣根本之旨也將來君子勿得輕泄耳

胎息雜訣

一經云但徐徐引氣出納則元氣亦不出也胎息者然內外之氣不雜此名胎息然用功之人閉固內氣訖亦鼻中微微通氣往來使令不至咽喉而返氣則逆滿上衝不可抑塞如此即徐徐放令通暢候氣調即復閉之切在徐徐鼻中出入勿令至喉極力抑忍為之須臾忽然自得調暢內外泰矣此蓋關節開毛竅通故也到此即千息亦不倦矣又胎息之妙切在無思無慮體合自然心如死灰形如枯木即百脉暢關節通矣若憂慮百端起滅相繼欲求至道徒費艱勤終無成功桑榆子曰有苦惱之氣有貪惡之氣諸如此類皆邪氣横中能為元氣之關防亦猶小人當路則君子無所逞其才也○此道至微至妙出塵之士方可為之未離名利之間徒勞介意桑榆子曰雖未出塵但能使心不亂不見可欲則可矣

一經云嚥氣滿訖便閉氣存想意如流水前波已去後浪續起凡胎息用功後關節開通毛髮通暢即依此但鼻中微微引氣相從四肢百脉孔出往而不返也後氣續到但引之

而不吐也切在於徐徐雖云引而不吐所引亦不入於喉中微微而散如此內氣亦不下流散矣

尹真人服元氣術

夫人身中之元氣常從口鼻而出今制之令不出便滿丹田丹田滿即不飢渴不飢渴蓋神人矣是故人之始胎不飲不啄不飲不啄故無出入息即元氣復元氣復即長生之道機也所以然者謂氣在丹田中諸臟不隔周流和布無所不通以其外不入內不出全元氣守真一是謂內真之胎息也始生之後則飲食飲食之後即腑臟實腑臟實即諸臟相隔諸臟相隔即丹田氣亡其本也居乎臟腑之上行乎心胷之中數寸往來安得長久是以未終其分已有枯首蹇足槁形喪氣之患所以至人有已見乎故復其氣還其本使得延年長生者也夫服元氣先須澄其心令無思無爲恬澹而已故知絕粒者乃長生之徑路服氣者爲不死之妙門深信不疑力行無倦經曰綿綿若存用之不勤術曰因其出息

任以自然而出未至半口鼻俱閉徐徐而已氣即上行即舉首以聲嚥之矣仰息左覆息右其註在調氣篇載以氣送通下胃氣又云以意引氣送之至胃胃中氣轉流下方至丹田丹田滿即流達於四肢也轉下流至丹田又從容如初嚥下嚥下餘息息即丹田不隔丹田不隔即入四肢以意運行即流布矣大底氣息不欲出於玄牝但令通流須出皆須調適不得麤喘也若隔氣未達丹田雖欲強爲終難致矣是以初服者皆多防滿但資少食必在懃行懃心行即氣自流轉自然之功著矣所謂飲自然以御世朝神以入微始乎三五成乎七九若斯道者豈虛語哉謂氣入腹中皆三處有隔初學之者先覺胃中防滿噫氣不休但少食爲之即覺通於生臟後自覺到丹田然始覺氣周行身中身中調暢即神明自然致矣故須居於靜處勉意行之功業若成所在可也如其妄動氣即難行初作之時先覆仰凡一日一夜限取四時四時不厭即氣息相接氣息相接即丹田實丹田實

即任意行之中間停歇亦得其四時謂寅午戌子時也用抑勢法低枕卧縮兩肩兩膝伸兩手著兩肋用覆勢法以腹著床以被搘背手足並伸其仰嚥即令氣從左下覆嚥令氣從右下嚥氣之時皆令作聲有律液來亦須別嚥乃須出息氣之若用入息即生風隨入不可不慎之嚥氣中間即別任意休息待心喘俱定然後乃可復爲之初用氣時必須安穩坦然無事氣則流通若心有所拘即窒塞不流注也慎無疑慮亦勿畏其敗失亦勿慮

○其不成但謀進取勤勤之功稍稍之效自然○至誠感神神明自至矣夫服氣斷穀不得思食未能自靜切須捺之若渴或熱即煑薛荔湯飲之即定湯中著少生薑或煎薑蜜湯亦得如覺心中滿悶即咬嚼些甘草桂心五味子等並妙但服氣不失其節即氣自盈滿縱出入行人事或對賓客語言談話種種運爲百無妨廢及成之後更不服氣氣亦自足窮神極理妙不可言須食即食須休即休復食復氣唯意所在每日飲少許酒引氣切慎果子五辛邪蒿葫荽芸薹椿等此物深亂人氣慎勿食之如能至心三七日中可以內視五臟歷歷在目神清形靜行之七日其効驗也已自知之更須專精二十日來不食即腹中盡腹中盡之後喫一兩杯煑葉苜蓿芥菘菜菁及枸杞葉葵等並著少蘇油醬醋取味食之勿著米麪所欲腹中穀氣盡耳更四五日除菜喫汁又三數日後即總停之可三十日即自見矣所謂不寒不熱不渴不飢修行至

○此世爲神人即吾道成矣○

服元氣法

服元氣於氣海氣海者是受氣之初傳形之始當臍下三寸是也嬰兒誕育時惟臍帶與母胞相連其帶空中如管則傳氣之所形從此漸凝結也人欲長生必修其本樹欲滋榮必固其根人不知根本外求修助萬無一成氣海者與腎相連屬壬癸水水歸於海故名氣海氣以水爲母水爲陰陰不能獨生成必以陽相配心屬南方丙丁火是盛陽之主既知氣海以心守之陽既下臨陰即上報是以

化爲雲霧蒸薰百骸九竅無所不達亦能爲津液如甘雨以潤草木正氣流行他氣自匿用久轉微意思則久矣初用與已成不得同年而語凡氣因者身皆有疾沉結在内或醫藥不能療尤須精誠併去外想閉氣於氣海以手於臍下候之氣應之候衝容如喘如觸或鳴或痛如掣如物動於掌下亦須靜候之兼以目下注是陽氣照陰陰氣騰上又能爲津液也如此久久鼻中喘息都無出入喉覺氣海中時動用耳初用意時須平卧去枕小○

○努氣海使得滿腹作意勿令至心肺至即心悶妨塞即不能下照下照是心守海也良久元氣遍身無處不暖每關節難通若至腰關尤難過之當積以氣閉努之三兩閒突然便過過後即氣常至腰踵莊子云息之以踵是也已後筋骨常欲動用每動有聲是氣到無擁常能如此長生道也竊用其道不授口訣反受其病凡欲鼓腹不在入氣是要訣欲過腰關當側卧縮兩脚兼拳兩手偃腰極努如此即不覺過也不然終成閉塞若能常用不

絕雖在衆中寂爲之用心令熟外事不擾尤爲佳也若膈上并頭面間有疾處即上攻之尋常即下至踵及氣海中微微用之息自消矣久候液當滿口如逆嚥物下消用之隨盡每用氣後必須微調息使散若不散他日爲瘡腫終不爲佳須先以意在疾處攻擊之徐徐用意攻擊令散疾差已後即不得注令留滯當遣通遍身微微如霧露是其常也收散俱歸海中閉目爲想開目爲存存則不專乃著著則氣滯覺應則上謂之常覺覺而味謂○

○之滯候應專靜謂之守流液滿口謂之報報與應一也朝飲少酒暮食少麪不可多之

胎息口訣 并序

序曰在胎爲嬰初生曰孩嬰兒在腹中口含泥土喘息不通以臍嚥氣養育形兆故得成全則知臍爲命門凡嬰孩或有初生尚活少頃輙不收者但以煖水浸臍帶向腹將三五過即穌乃知臍爲命門信然不謬修道者欲求胎息先須知胎息之根源按而行之喘息如嬰兒在腹中故名胎息矣乃知返本還元

卻老歸嬰良有由矣綿綿不閉胎仙之道成焉故先序經紀體用兼明備矣

凡欲胎息先須於靜室中勿令人入正身端坐以左脚搭右脚上解緩衣帶徐徐按捺肢節兩手握固於兩腿上即吐納三五過令無結滯滌慮清閑虛心實腹左右徐徐搖身令臟葉舒展訖還徐徐放著實即鳴天鼓三十六過激滿華池然後存頭戴朱雀脚履玄武左肩有青龍右肩有白虎然後想眉間一寸為明堂卻入二寸為洞房卻入三寸為丹田宮○亦名泥丸宮宮中有神人長二寸戴青冠○披朱褐執絳簡次存中丹田中丹田心也亦名絳宮中有神人亦披朱褐次存下丹田在臍下二寸半紫微宮亦名氣海也中有神人亦披朱褐桑榆子曰金剛經云如來說諸相具足即非諸相具足彼所以立相生名者以為誡凝之階也夫神豈止於上豈住於下豈留中間舒澤爾手大千擊之亦復無物若隨跡觀相隨相强名常河之沙詎足以算數夫神也變化不測寧宜如九品郎執笏執不出扃門哉次存五臟從心起遍存五臟六腑存五臟中各出本方氣及三丹田中素雲合為一氣於頭後出煥煥分光九色上騰可長三丈餘想身在其中此時即口鼻俱閉心存氣海中胎氣出入喘息只在臍中如氣急即鼻中細細放通息候氣平還依前用心存之以汗出為一通亦不限遍數如體熱悶即心存氣遍身出如飯戢中氣此名滿息久久行之入玄竅中出妙點中再咽洞觀形中五臟六腑及大小腹胃受一二升如黃土色脾長一尺二寸在胃上前後摩動不停停則不和飯食不消如飯食不消即是不摩矣當須閉氣以手摩腹一百下即自然轉摩矣次存心心如紅蓮花未開下垂長三寸上有九竅二竅在後正面有黑毛莖長二寸半次存肺肺似白蓮花開五葉下垂上有白脉膜在心上覆心次存肝肝在心後七葉紫蒼色上有黃脉膜從左邊第三葉下膽在此也其膽色青黃長二寸半次存腎腎狀如覆杯黑色卻著脊去臍三寸上小下大左為上右為下遍觀一

形三十六位乃三百六十骨節皆有筋纏骨青白如玉色筋色黃白髓若氷雪有三百六十穴穴穴之中皆有鮮血如江河池澤也及見左脚中指第二節是血液上源其中湧出通流一形一夜繞身三萬六千匝至右脚中指第二節則化盡所以人若睡必須側卧拳踡陰暡全也亦覺即須展兩脚及兩手令氣通遍渾身陽氣布也若如此修行即與經所言動息善時之義合矣久久行之口鼻俱無喘息如嬰兒在胎以臍通氣故謂之胎息矣。綿綿不閉經三十年以繩勒項不令通氣亦不喘息喘息常在臍中水底坐經得十日五日亦可矣以獨行此事功効如前若覓得真更須修道此事乃是一門不可不作也

雲笈七籤卷之五十八

雲笈七籤卷之五十九　職九

[illegible]

諸家氣法

延陵君修養大略

仙真經云夫人臨終而始惜身罪定而思遷善病成方切於藥天網已挂明可逭耶故賢人上士惜未危之命懼未萌之禍理未至之病也修真之品有三上年中年下年上年者二十三十也中年者四十五十也下年者六十七十也上年者早悟大道識達玄微體壯○骨堅筋全肉滿從容履道無不成功中年者悟道已晚筋肉骨髓各有其半處在進退如日中功下年者骨髓筋脉十有二三猶可補修如日暮功矣八十已上者罪位已定無可救之法腦竭髓盡萬關乾枯神謝氣亡尸行鬼步桑榆子曰尸以有無知鬼以有有知而非人情者行惟尸行步惟鬼步且行且步運之者誰則知元氣尚在但以識耗降於個矣若逢至人或得大藥譬持盈車之焦蓮熒將鏤之餘焰亦可以致其赫然而熾矣此言無

可救者只謂氣功已晚自我之事不及矣若
過玄聖而救則死生其肉骨起仆興枯何爲
而不可況彼向爲物也先賢上士知風燭之
倏忽乃擯志遺情捨榮棄俗奉身歸道不與
物傷道氣也氣者身之根也魚離水必死人
失道豈存是以保生者務修於氣愛氣者務
保於精精氣兩存是名保真也人有三丹田
上元中元下元是也上元丹田腦也亦名泥
丸中元丹田心也亦名絳宮下元丹田氣海
也亦名精門三元之中各有一神。桑榆子曰
○精化爲氣氣化而神集焉神何物也靈照之
名也知之則氣全氣全則神全若元氣充滿
百骸孔竅神必備矣必備者無他氣至則神
到今人有憂患動中則知見因而暫斷益氣
權有不至者耳苟心冥氣和其神豈獨三元
之中而已哉精者身之根根者氣之位精全
則氣全精泄則氣泄氣泄則神乘而去之唯
精與氣須全黃庭經云長生至慎房中急何
爲死作靈神泣但當吸氣錄子精寸田尺宅
可治生若當決海百瀆傾葉去樹枯失青青

故先覺至於道者莫不因受氣保精而能全
也夫服氣本名胎息胎息者如嬰兒在腹中
十箇月不食而能長養成就爲新受正氣無
思無念沉然凝寂受元氣變化關節臟腑皆
自然而成豈有傳保之流飢渴之備耶及出
母腹即吸納外氣而有啼哭之聲即乾濕飢
飽似有所念即失元氣人能依嬰兒在母腹
中自服內氣握固守一是名曰胎息桑榆子
曰此言失元氣者非也苟納外氣便失元氣
即世間無復有生人矣法華經云須行住坐
○臥身心不亂者亦言炁主心心邪則氣邪心。
正則炁正令人所舉手動足喜怒哀樂莫不
由心心之動息莫不是炁炁感意意從心心
和則炁全炁全則身全炁滅則神滅神滅則
爲委土矣故醫家先診脉者則候五臟四時
之氣察諸病源始壽方藥人但能察得氣候
口鼻取捨斯須不忘自然五臟和而脉調氣
順也夫人與天地合體陰陽混氣皮膚骨髓
臟腑及榮衛呼吸進退寒暑變異莫不均乎
二儀應乎五行也是知天地否泰陰陽之異

氣亂焉臟腑不調經脉之候病焉因外所中者百病起於風因內所致者起於氣爲百病故曰恬惔虛无真炁從之精神內守病從安來信哉是故須知形神之理養而全之審內外之病慎而修之岐伯高曰食氣者則靈而壽延食穀者多智而限命凡服氣者何求也以其功至則氣化爲血血化爲精精化爲髓一年易氣二年易血三年易脉四年易肉五年易髓六年易筋七年易骨八年易髮九年易形即三萬六千於身化爲真仙號爲真人○

○矣是以意在玄微理生可測修真之人又有三等任時分理其狀不一上等之士本性虛閑用志清雅發言合道履行無瑕如此之人有前代之資以石投水無所比之也中等之人或身居榮祿或地勢高遠或巨業厚姻或有名有望建疑進退倏忽虛捐閒道即寤寐不安思名則終朝不息兩心交戰勝者即全逡巡之間十失六七矣中等已降二時既過蹉跎暮年筋力衰微心神已喪雖貪厚祿白日將傾追念竝勝方即正路此時若能精心勵志尚可救其一二焉此皆先賢所悲表示於後幸察根柢生實信心

赤松子服氣經序

序曰天道悠長萬品不齊人生爲貴陰陽同階天道坦坦修之不逵世何顛愚相隨徘徊生不及理性命須賴存亡相感哭泣悲哀何不服氣與仙同棲經曰福莫尚生禍莫大死子欲長生腸中當清長生不死腸中無滓生則昇仙死化爲鬼仙昇太清死歸土底是以食穀者智食炁者神故曰休粮絕食爲生道○陰陽還精爲重寶能常行之永壽考何爲愁っ欲自使老千金送葬無億兆悲呼哭泣自懊惱豈若無爲服氣好修之不釋昇天浩然小人居世狂愚急急求榮愛實貪名好色疲勞精神破散氣力雖獲富貴凶命居側命若朝露間不容息不能知之服氣不食爲道也

神仙絕穀食氣經

經曰夫欲學道神仙食氣之法常以春二月三月九日才八日二十七日若甲辰乙巳丙辰丁巳王相成滿日可行氣也夫欲行氣起

精室於山林之中隱靜之處必近甘泉東流之术向陽之地沐浴蘭湯以丹書玉房爲丹田方一寸玉房在下三寸是也精念玉房內視中丹田內炁致之於下丹田又先去鼻中毛偃卧兩足相去五寸兩臂去身亦五寸瞑目握固握固嬰兒之拳蒲蒻爲枕高三寸若胷中有病枕高七寸病在臍下可去枕既行氣不復食生菜五辛及寅也諸欲絕穀行氣法食日減一口十日後可不食二日三日服中或悁悁若飢取好棗九枚若方寸术餅九〇枚食之一日一夜不過此也不念食者勿敢也飲水日可五勝亦可三勝勿絕也口中恒含棗核令人愛氣且生津液故也經曰道者炁也愛氣則得道得道則長生精者神也寶精則神明神明則長久行氣一名鍊氣其法正強卧徐漱醴泉嚥之醴泉者華池以鼻微微內炁徐引之莫令大極滿入五息已一息因可吐也一息屈指數之至九十息若身大煩滿者可頻伸頻伸訖復行之滿四九三百六十息爲一竟爲之久久衆病自除吐氣既

遥欲吸之時先復小吐微微往來如是再三更鼻引之不爾者令人氣逆凡內氣則氣上昇吐氣則下流久自覺氣周於身中若行氣未定意中疲倦便鍊氣以九十息爲一節三九二百七十息爲一竟行氣令肝胖滿藏無令氣大出閉氣於內九十息一嚥嚥含未足者復滿九十息三九自足莫頻數也當念氣使隨髮際上竟及流四肢自然下至三星玉莖二卯是經曰行氣常以月一日至十五日念氣從手十指出十六日盡三十日念氣從〇足十指出久之自覺氣通手足行之不止身日輕強氣脉柔和榮衛肢節長生之道在於行氣靈驗所以長存服氣故也諸行氣之後或還欲食者初飲米汁粥日增一口漸加之十日之後可食淖飯勿致飽也經曰行氣之法初爲之時多不和調令人欬逆四肢或冷既行之久日自益也四九三百六十息身如委衣骨節皆解久久乃覺氣行體中經營周身濡潤形體洗滌皮膚五臟六腑皆悉充滿百病除去凡初行氣之時先安其身而和其

體若氣與競爭身不安者且上和乃行之氣
至則形安形安則鼻息調和鼻息調和則清
氣來至清氣來至則自覺形熱自覺形熱則
頻汗出且勿便起在安徐養之務欲其久諸
行氣皆無令意中有忿怒愁憂忿怒愁憂則
氣亂氣亂則逆思一則正氣來至正氣來至
則口中甘香口中甘香則津液多生而鼻息
微長鼻息微長則五臟安五臟安則氣各順
理如法爲長生久壽行之法以鼻微微引氣
內之以口吐之此爲長息內氣有一吸也○吐
○氣有六呼也吹也嘻也呵也噓也呬也凡人
之息一呼一吸無有此數行道之法時寒可
吹時溫可呼吹以去熱呼以去風可以去煩
嘻以下氣噓以散滯呬以解極夫人之極率
多噓呬噓呬者長息之忌也道家行氣之所
惡也 闕九

太无先生服氣法

夫形之所恃者氣也氣之所依者形也氣全
即形全氣竭即形斃是以攝生之士莫不鍊
形養氣以保其生未有有形而無氣者即氣
之與形相須而成豈不皎然余慕至道備尋
經訣自行氣守真向三十餘載所聞所見殊
未愜心大曆中偶羅浮山王公自北嶽而返
倚策高鄉依然相顧余奇之異人延之與語
果然方外有道之君子也哀余懇至見授吐
納皆一二理身之要道也心思罔極非言詞
所能盡每云道之要法不在經書悉傳口訣
其二景五牙六戊諸服氣皆爲外氣外氣剛
勁非從中之事未宜服也至如內氣已正是
○曰胎息身中自有非假外求不得明師口○訣
○徒爲勞苦終無所成今所撰錄皆承師之旨
要以申明之諒非愚蒙所自裁王公常謂余
曰老君云我命在我不在天地又曰吾與天
地分一氣而自理焉天地焉能死吾斯真言
要訣也修奉之士宜三復之參承誘訓敢不
佩服有偶得此訣者愼勿輕傳無或泄露以
致其殃耳修真服氣法每日常卧攝心絕想
閉氣握固鼻引口吐無令耳聞唯是細微滿
即閉使足心汗出一至二數至百已上閉極
微吐之引少氣還閉熱即呵之冷即吹之能

至千數即不須粮食亦不須藥時飲一盞酒或水通腸耳數至五千則隨處出入有功當自知也則有入水卧功矣夫服食養生貴其有常真氣既降方有通感豈有縱心嗜慾而望靈仙羽化必無此事也但仙人至士功行未滿尚不能致況凡俗人乎但信老人言勤行之即當自知矣

墨子閉氣行氣法

老子曰長生之道唯在行氣養神吐故納新出玄入玄呼吸生門其身神不使去人即長○生也玄者有上下謂鼻中口陰也鼻口陰亦○謂之生門矣老子曰生不再來故遵之以道道者氣之寶寶氣則得道得道即長生矣神者精也寶精則神明神明則長生氣行之則爲道也精存之則爲寶也行氣名鍊氣一名長息其法正偃卧握固漱口嚥之三日行氣鼻但納氣口但出氣徐縮鼻引之且莫極滿極滿者難還初爲之時入五息已一息可吐也每口吐氣欲止輙一嚥之乃復鼻内氣不爾者或令頻凡内氣則氣上昇吐氣則氣下流自覺周身也行氣常以月一日盡十五日念令氣從手十指出十六日盡月晦念氣從足十指出若行之能久自覺氣從手足通則能閉氣不息便長生矣凡欲行氣先安其身而和其氣無與意爭若不安和且止和乃爲之常守勿倦也氣至則形安形安則鼻息鼻息則調和調和則清氣來至清氣來至則自覺自覺則形熱形熱則汗出且勿使起則安養氣務欲其久當去忿怒愁憂忿怒愁憂止○則氣不亂氣不亂則正氣來至正氣來至則口内無唾而鼻息微長鼻息微長則五臟安○五臟安則氣各順其理百病退去飲食甘美視聽聰明形體輕強可長生矣夜半至日中爲生氣從日中至夜半爲死氣當以生氣時正偃卧冥目握固閉氣息於心中數至二百乃口吐出之日增數如此身神具五臟安能閉氣數至二百五十即絳宫神守泥丸常滿丹田數至三百華蓋明目耳聰舉身無病邪不復干玉女使令司命著生籍矣

太清王老口傳服氣法

此卷口訣並楊府脫空王老所傳授其脫空王老時人莫知年歲但見隱見自若或示死於此即生於彼屢於人間蟬蛻轉脫故時人謂之脫空王老也多遊楊府自言姓王亦不知何處人耳每逢志士即傳此訣云秘妙方若傳非其人自招其咎此卷並學有次第志人口訣非初學法也爲當學人初兼食服以此屢言食物且食氣秘妙切貿斷食使穀氣併絕但能精修此法知勝陟道不遠耳凡人腸中三處有隔即心有隔初學服氣者皆覺○心下胃中滿但少食久作之自覺通下生藏下有隔即覺腸中滿久而作之自覺到臍下丹田中然後始覺氣周行身中遊行猶自未入膓中後覺膓中氣出即能與人治病也初學時必須安身閑處定氣澄心細意行之久而不已氣入腸中即於行住坐卧一切處不妨胃中氣未下入腸中來即不得作難成初服氣皆須因入息時即住其息少時似閉滿其息出時三分可二分出還住少時然之然已又作至腹中滿休必須日夜四時作爲初

學人氣未入丹田還易散意欲得氣入丹田未間縱不服氣亦氣不散四時者朝暮子午時是也心囊滿但不服氣咬少許甘草桂亦得其滿即散丹田未滿亦不到滿也元氣下時自然有少悶也秘之勿妄傳非其人也

曇鸞法師服氣法

初寬坐伸兩手置膝上解衣帶放縱肢體念法性平等生死不二經半食頃閉目舉舌奉腭徐徐長吐氣一息二息傍人聞氣出入聲初麤漸細十餘息後乃得自聞聲凡覺有痛○痒處便想從中而出但覺有異漸漸長吐氣從細至麤十息後還如初或問曰初調氣何意從麤而漸細將罷何意從細而入麤答曰凡行動視聆飲食行坐言語是麤也桑榆子曰凡修氣學者未服及服罷於飲食言語蓋常事也鸞公欲使兩相接會不令其首尾陡異也凡睡寤後復如前繫念如虎銜子莫急莫緩不問寒溫室中先淨所住使心不亂靜其滕耳又曰四大不調何以察之當於脣口察之冷爲風增熱爲火增滑爲木增澁爲

地增不冷不熱不澁不滑爲調和又聲爲風增動爲喘增痒爲熱增澁爲水增不聲不喘不痒不澁爲調和又心煩爲熱結憂悸爲喘結志蕩爲水結不煩不亂不悸不蕩爲調和四大不調有二或外或内寒熱飢虛飽飫疲勞爲外起名利喜怒聲色滋味念慮爲内起凡氣節量一任自然綿綿若存用之不勤而已但能不以生爲生乃暗於養生也桑榆子曰諸經皆言吐納不欲自聞其聲而嘗皆言○吐麤而漸細後細而漸麤如善疑之反觀下文云一任自然則知閑麤細之漸行是爲最○下乘者設不欲使之與自然爭力也然必以微細自不閑聲爲上從細微而至無息即胎息之理盡矣恐學者功至之後猶拘牽文字著於麤細先後之門返與自然爲敵良可哀也如此又爲得不爲之明辯

達磨大師住世留形内真妙用訣

吾昔於西國授得住世留形胎息妙師名寶冠傳吾秘訣問曰今欲東遊震旦及諸國土弘傳心地密法其諸國土人多遇寒暑爲灾患所傷例皆死喪意欲擬向此土弘傳心法願求留形不爲灾患疫疾所侵長能住世留形不死不知得以否師云得又問曰云如何即得師云夫所生之本始胎息即是神與精氣相合凝結能變化爲形者即是爲受之本本氣是人有之根氣因神而生形因氣而成形不得氣無因得成氣不得形無因爲主原其所禀之時伏母臍下混沌三月玄牝具焉玄牝者口鼻也玄牝既立猶如瓜花閙注母氣綿於此也在胎之日母呼即呼母吸即吸○綿綿十月氣足形圓神備識全遂解胎而生○矣悲夫母唯知貪悦其子不知自損其軀母既傷殘只爲分形減氣爲子之因其子生於十月情見於外變嬰孩子指顯能笑者先聖垂義以爲失道而後德即人嬰朴之本議云子成母衰也此其世人不知母養其子子成母自衰矣故知我釋迦文佛令孝敬父母及報養育乳哺之恩謂此故也嗟乎世人不知於道意逐外緣不知胎息之術住世留形之本如有後學者但能心不緣境住在本源意

不散流守於內息神不外役免於勞傷人知心即念氣之主氣即形之根形者氣之宅神形之具令人相因而立若一事有失即不合於至理可能久立焉但凡夫之人年二十口好滋味心懷喜怒目眩五色耳耽五音身貪欲樂意逐外緣役智運神間不容息如此之流則晝夜未曾暫息原朴之根蕩然而盡令以形凋氣散命絕形枯魂被惡業所牽宅舍因而無主故知心靜即神悅神樂即福生福滿即道增圓明益智明妙既通心有所用即○

○能用而無用故聖人知外用而無益所以返本還源今以理胎息之機即長生不死其理昭然故經云形中之子母云何長守智者能守壽命得長久即知神為氣子氣為神母神行神住即氣行氣住心能主氣識透氣住若要長生神氣相合主心不動念無來無去不出不入湛然常住但於此修行合真道路勤行之莫極言數玄牝之門長生之戶若能雙行慈悲甘露外施救物人天福祚不思外物不視外色不聽外聲不耽外慾不嗜外味常

令心神魂魄意識長生神氣相合循環臟腑之內御呼吸應上下久久修習即神氣自明神氣既明即可照徹五臟五臟氣和即可使神氣通於四肢故聖人三日內視專注於一心神充化之綿綿存之久而不斷可通流五臟四肢斯言可推而得理也但凡俗之人神與氣各別如此之流不可稱令若不知子母相守氣雖呼吸于內神常勞役於外遂使神常穢濁而神不清神既不清即元和之氣漸散而不能相守也道人常用之而不知根本○

○以形神為主若人不知守於內而守於外自然令宅舍虛危漸見衰壞矣況非道之人勞神役思無一息神氣注於氣海之中而欲望其長生豈不遠乎若知神氣之所生者即心之主者即修於一了然可見矣若不知氣之所生任運呼吸役役壽文者唯得通調於氣理於五臟六腑及能消化飲食五穀而已焉能返魂還魄填血益腦者哉則凡人呼吸與聖人殊凡人息氣出入於喉嚨聖人息神氣常在氣海氣海即元氣之根本也所居之處

也即臍下合太倉亦爲子宫爲氣海即子母相合道人能守之綿綿不絕此是返本還源歸本生之處而堅住凝結不化不散此即皆其義也不敗神識多靜即自然長生留形住世要妙之真訣也師曰若住自然之息神御氣即鼻無出息令爲真胎息也凡夫之人二境相觀之後即情慾動情慾動即精氣悉下降於莖端而下洩之皆爲情慾所引制御不得遂有吹噲之憂衰喪其本也

項子食氣法

○項子曰人能清淨安和自然者十月通矣或○一年或二年通或三年乃通其不能通者不能得道通可長生壽老延年也又曰人之才能靜於三軍之中虎狼之間有千人之才能靜室家之中有百人之才能靜於市道旁有十人之才靜於山澤之中有倍人之才此凡器之人終不知也凡此多者則能清淨靜者能斷情慾斷情慾者則能絕房室絕房室則能休糧休糧則能保愛氣能保愛氣則德應自然德應自然則十月通矣十月通者謂上

士也中士或三年而通下士才薄九年乃成其才倍人皆不能通聞之不信語之無益此則土人行尸矣所謂經言下士聞道大笑之者也常以清旦鼻內氣嚥之經行勿休口口吐之所謂食生吐死可以長生從夜半至日中爲生氣日中後至子時前爲死氣常以生氣正生時仰眠瞑目閉口屈十指置握固不絕息於心中數至二百乃以口吐氣出之增息如此則身神具生五臟安矣

張果先生服氣法

○每日常偃卧攝心絕想閉氣握固鼻引口吐○無令耳聞唯是細微滿即閉使足心汗出一至二數至百已上閉極微引少氣還閉熱呵冷吹能至一二千即不用糧食不須藥物時飲一兩盞好酒或水通腸耳數至五千則隨處出入有功當自知也則可入水卧矣夫服食養生貴其有常真氣既降方有通感豈有縱心嗜慾而望靈仙羽化必無此事也且仙人功行未滿尚不可致而況凡俗乎但信老人語懃行之則當自知凡氣不通冷熱遲疾

耳極遲極熱極疾極冷皆非道也

中天師服氣要訣

取半夜之後五更已來睡覺後以水漱口仰卧伸手足徐徐吐氣一二十度候穀氣消盡心靜定後即閉氣忘情將心在臍下丹田氣海之中寂然不動則嚥氣三兩度便閉氣使心送向丹田中漸覺氣作聲下入氣海中幽幽然是氣行之候也良久待氣行訖又開口吐氣徐徐又閉口而嚥之如是三二十度皆依前法覺氣飽即寘心忘情消息萬慮久久○習之覺口中津液甘香食即有味是其候也○凡欲行此道先須忘身忘本守元抱一兀然久之證定而入玄妙之要在於此也

王真人氣訣

每四更後五更初當處靜室居一床疊雙足面東端坐先作導引以左手握固右手虎口臺音並仰盡力後却以右手握固左手虎口復如之訖即交手掌向外三引訖又左右手搭頤三交手搭頭左轉三右轉三左展拓空三右展拓空三當面虛拓地三背手虛拓空

三此爲導引法導引竟然後自思神先叩齒自呼已名然陰念五臟三焦及三魂七魄頭面手足一身諸神令輔形體也又前思太陽日也後思太陰月也左存青龍右存白虎思頭戴朱雀足履玄武此存想四神也又存想七政配合五臟所謂肺魁肝魓心魋脾魒膀胱左腎魓右腎魒當想真君降其本臟仍須密念七過次想二十八宿周遍形體以輔七政依此法數之先從左手腕起角左肘亢左肩氐房右胯心右膝尾右足踝箕却從右手腕起斗右肘牛右肩女虛自心至左胯危左○膝室左足踝壁又却從右足以踝起奎右膝婁右胯胃至心昴自心至左肩畢左肘觜左手腕參又却從左足踝起井左膝鬼左胯柳至心星自心至右肩張右肘翼右手腕軫又自左手腕起角宿至右手腕匝軫宿凡一十三處存想象一年之有閏計兩度交互數之一十二處皆存兩　心一處獨存四宿都計二十八宿凡存想五臟六腑三魂七魄四神七政二十八訖即吐出衆雜死濁之氣然

後閉口從鼻左孔納其生清之氣內想冥目想此氣綿綿下至丹田方周流通傳汩汩作聲氣滿即再吐出切不得令自己耳聞如此十過止此即王真人法也

大威儀先生玄素真人要用氣訣

凡用氣法先須左右導引令骨節開通筋柔體弱然後正身端坐吐納三過使無結滯靜慮忘形令氣平息良久徐徐先以口吐濁氣鼻引清氣凡此六七過此名調氣調氣畢即口鼻俱閉虛含令氣滿口即鼓口十五過已。上更佳如然一大口水入腹中直以心存至氣海中良久更依前法然之但以腹飽為度亦不限過數然後虛心實腹閉口以手左右摩腹上令氣流行即鼻中細細放通息勿令喘麤恐失中和然後正身仰卧四平著床枕枕高低與身平兩手握固展手離身四五寸兩脚亦相去四五寸然後鼻中息收即口鼻俱心存氣行遍身此名運氣如有病即心存氣偏注病處如氣急即鼻中細細放通息口不開候氣息平還依前法閉之搖動兩足指

十八

及手指并骨節以汗出為度此名氣通即徐徐收身側卧拳兩脚先左邊著地經十息即轉右邊著地亦十息此名補損依此法服經一月後行立坐卧時但腹空即鼓然之不限時節如喫飯了即喫空飯一兩口和水然下此名洗五臟即以清水熟漱口虛心實腹令臟腑薰舒展然之令五臟不停五味氣訖即以口先吐濁氣鼻引清氣不限多少盡須放之如下泄一濁氣出還餘一口和氣補之若尋常喫飯飲茶此皆外氣入當須入口便合口。口既合所入外氣即於鼻中出也鼻中卻入氣即是清氣也常須合口喫飯不令口中有氣入入即是死氣凡人言語口中氣出必須卻於鼻中入此常行吐納也行住坐卧常須搖動脚指此名常令氣得下流常行此事動靜念之如節候不精忽有外氣入腹即覺微痛可以摩腹一百下氣即下泄也氣或上必不得出抑之使下此名理順忌破氣物及生冷黏膩等物不宜喫動氣冷物如依此法不關常行九年功成履空如履實履水如履

地

王說山人服氣新訣

子夏曰食氣者神明而壽黃庭經云玉池清水灌靈根審能修之可長存釋氏止觀其有用氣療疾法是知氣之與液遞相通潤也古經法皆有時節行之今議食氣不復以時節也液則時時助氣使調滑也所論食氣皆内氣也嚥之代食耳液者嚥之代漿耳上食新氣下泄舊氣使推陳而納新也嚥氣不必飽滿下泄不必常出但得無㒵即自平定嚥氣○不必常嚥但氣清則腹内自平夫然不須嚥○矣初學之時覺飢即食食時不覺飢即由氣矣若食常以一嚥兩嚥壓之則食易消食漸消如嚥數至食消氣自調若覺腹中氣小妨即或行或卧東轉西側以意想驅逐之使下若未下不得急性忙迫但以意從容之不久自泄也食氣時若欲上噫但任意出必不得抑之也桑榆子曰夫功淺多噫蓋由乍服所得真氣尚少府氣必多不正而多命官不受則宜常有出者又初服之時所嚥者往往不到氣海則無所歸投返上爲噫也若得内氣又不入到氣海自然無如著功多時忽腹噫者不是傷多即是外氣悞入也欲下出任下出必不得祕之在細意自審也消息盈虛久而自得其妙矣宜行步兼小導引引亦不得頻爲之世間諸事皆自細意斟酌之有諸疾則絕粒三數日輕則一日兩日更輕即絕一頓亦得若疾在上驅之在下以意想下驅之若在四肢及左右側並以想驅逐之則愈矣大都不得閉氣若閉氣即疾生所食物宜調暢寒暑皆適宜也瘖瘂時但絕粒數日靜居○則差矣

嵩山李奉時服氣法

每欲服氣如嬰兒吮乳氣息似悶即嚥之依前吮嚥大悶即放令口出甚須微細每嚥使心送之至臍下有病亦使心送至病處當服之時第一須閉目專意握固漸欲服之安神氣然後爲之先須導引令四體舒緩然爲之卧服勿枕枕舒手足安定如病重氣甚悶頻覺上至極仍便握固一氣氣行聲從耳中出

即得矣秘之秘之此爲内氣無問早晚晴明陰晦須服即服大都得晴明時大精若服外氣即有生氣知之十年服之五日不服即無益矣每日五更午時服第一服了須揣鍊乘以手按之勿令心服下硬

雲笈七籤卷之五十九

宋朝奉郎尚書度支員外郎充集賢校理賜緋魚袋臣張君房奉勅撰進

諸家氣法

中山玉櫃服氣經

碧巖先生撰　　黄元君註

錄神誠戒序第一

昔大黄帝君太古無名云大黄帝君者則黄帝有熊也會羣仙於崆峒山問道于廣成子曰夫人養生全眞遊觀於天庭間止息於洞房中得與衆聖齊羣駐童顔而不敗者則何法最實廣成子曰夫人以元氣爲本本化爲精精變爲形形雖好生欲能竭之故欲不可縱縱之則生虧制之則生盈盈者精滿氣盛百神備足夫有死必有生有生必形虧虧盈盛衰物之常理日中移月滿虧樂極哀來物盛則衰有生即死是天地之常數也聖人智通萬物以法堅身在養育之門無化形本則合於化元之道者也夫人體内有百關九節百關者號百祿之神爲九節之用九節者一掌二腕三臂四脾五項六腰脊七腿脛八脛

脉九腦是謂九節也合爲形質洞房玉戶紫
宮泥丸丹田以處泊古文作措濘令論神炁
捷息故宜處泊洞房等皆天庭三田神正泊
處也百神守衛六靈潛護百神者百節之神
守固榮衛保護五藏藏亦有神五神清則百
節靈五神傷則百節壞濁則少傷則老經云
貪慾嗜味傷神促壽金玉滿堂莫之能守六
靈者眼耳鼻舌身意亦謂之六識常隨心動
念則識闇但閉之則享用之則成察之則悟
任之則真又有三魂伏於身七鬼藏於府故
○云肝藏魂肺藏魄脾藏志心藏神腎藏精此○
皆百神六靈之主也宜防濁亂輕躁動作違
之不守自致敗傷而已保其玄關守其要路
遵以真一爲玄關以專精爲要路既食百穀
則邪魔生三蟲聚蟲有三名伐人三命亦號
三尸一名青姑號上尸伐人眼空人泥丸眼
睛面皺口臭齒落鼻塞耳聾髮禿眉薄皆青
姑之作也一本作青石二名白姑號中尸伐
人腹空人藏府心旋意亂肺脹胃弱炁共傷
胃失飢過度皮癬肉燋皆白姑之作也一本

作白石三名血尸號下尸伐人胃空人精髓
腰痛脊急腿痺髓頑腕疼頸酸陰萎精竭血
枯骨枯皆血尸之化也一本作血姑此三尸
毒流嗟嘘胎竟欲人之心務其速死是謂邪
魔生也尸化爲鬼遊觀幽冥非樂天庭之樂
也常於人心識之間使人常行惡事好嗜慾
增喜怒重腥穢輕良善或亂意識令蹈顛危
其於一日之中念念之間不可絶想每於甲
子庚申日上白天曹下訟地府告人陰私述
人過惡十方剌史受其詞九泉主者容其對○
○於是上帝或聽人則被罰輕者人世迍邅來
爲不遂重者奄歸大夜分攻身成殃異而出
令俗傳死次直符雄雌殃注破在煞星此之
是也都由人不能絶百穀五味識嗜慾禁食
愛而自致其殞歿內景玉書云百穀之實土
地精五味外美邪魔腥臭亂神明胎炁零三
魂恍惚魄糜傾要知成彼之三蟲由斯五穀
也貫穿五藏環攣六府使丹田不華實津液
不流注血脉不通行精髓不凝住胎魂不守
宮陰鬼不閉戶令人躭五味長貪欲衰形神

老皮髮若不卻粒絕味禁嗜誡色則尸蟲全
而生身神必死賊若三蟲彌尸鬼失竟鬼養
精髓固形神保天地者非氣術而不可倚矣
措制情欲彌減蟲尸使形神不枯朽須服神
氣還元返本通此皆不可倚也且我大仙以
氣術爲先元炁是本道以太和爲宗沖元是
本反吾歸之於妙寂之於玄化之於無用之
於自然自然輕舉昇於玄玄出入無間其道
恬焉與道通一當有何患者述內景云勿令
○七祖受冥患不許以道傳非人即七祖受冥○
殃也令言當有何患是亦依道奉行保無殃
咎也夫上清所崇中仙以丹術爲本下仙以
藥術爲首量此二者夫何以久皆以勤形勞
神餌金服石動費貨泉失於歸寂蓋不得自
然之理乖於真道矣昔大隗翁曰生吾有身
憂吾勤勞令吾飢渴觸情縱欲過患斯起逆
慮於玄化之道也此廣成子述初古大仙要
道所得之秘旨也於是大黃帝君謹心神觀
想元氣用眷玄理先靜丹元觀想自然融於
歸寂也乃感太一真君持玄元內景氣訣妙

經一篇授之帝君過後降中嶽復會羣仙宣
是妙經因名中山玉櫃服神炁經此碧巖受
行是經於師奉傳然得分明知其的實故以
告也夫太一真君是北極太和元炁之神神
通變化自北極紫微宮經過於天地間滋育
萬物在天則三象明焉在地則草木生焉居
人則神識靈焉在鑒則五行察在化則四運
變聽之不聞視之不見搏之不得無狀而與
萬物作狀故謂之玄謂之象所患無不應所
真無不證所專無不用所精無不動是知道○
○以真正爲玄關專精爲要路倚於此者則無
所不通也碧巖所受相次顯示使其將來不
悟迷惑經曰夫欲服氣服元氣爲本以歸寂
爲玄妙若不得此門及不知玄關要路則終
不能成就功德也經之要言故不妄語夫求
仙道絕粒爲宗絕粒之門服氣爲本服炁之
理齋戒爲先當持齋戒然揀好日晏靜一室
安置床席其齋以心清意靜無諸躁動乃可
二七日若不先齋則不得神炁內助若不存
想則神氣不內補夫欲修行要當別置一室

好土香泥泥飾明窓高敞床蓆厚暖衾枕新
潔不得使雜人穢汙輒到其中其中地須鋤
深二尺篩去滓礫除諸穢物更添好土築擣
平實更羅細土拍踏令緊既得穩便勤須灑
掃務其清淨室中唯安書机經櫃每一度焚
香念玄元无上天尊又念太一眞君又可存
守三一三元五藏六靈一身之神宲心叩齒
靜默思之也太一眞君有五誡誡心依之克
獲神應一者不得與女人語笑同處致尸鬼
惑亂精神二者勿食一切雜葷腥五辛留滯○
○冷滑之物若食之令三尸濁亂五神三者勿
入一切穢惡處所夫弔死問病主人不爲救
戰訣罰驚見大懸大怖精神飛散就中死屍
道家大忌淹之至大尚不宿死人之至靈死
之至穢也或悞衝見當以桃皮竹葉湯浴訖
入室平臥存想心象火遍身焚燒身都烱然
使之如畫然後閉氣咽新氣驅逐腹內穢氣
攻下泄務令出盡當自如故四者勿與一切
衆人爭於是非忿諍鬬競及抱小兒減人筭
壽損志傷神五者勿得欺罔一切事陰神不

助常愼言語節度行止勿對北旋溺犯太一
紫微殃罰非細若有違此五戒於二七日閒
眠夢之內自有驚覺覺悟於人務人修善其
事祕密無事勿泄於人所言內景炁訣妙經
一篇良有是也夫內景是內祕之事唯自己
心內知之固不合漏泄他人也

服氣絕粒第二

要當用雙日隻日則奇雙日則偶及日本命
預前更沐浴於室內焚香机上上安淨水一
椀設衾枕其訣側日臥至夜半起坐鳴天鼓
○三十六過靜心神爲元氣和此炁子時生發○
於心藏間上貫泥丸丹田眉間却行三寸是
上丹田宮周轉於身如紫雲氣又想太一眞
君如嬰兒左手持玉訣右手執靈符遊於紫
雲氣間然後平枕正臥絕一切浮想浮想若
不除則心神炁當閉不行絕想止念既定然
待出息盡便閉玄牝氣鼓滿牙齒勿得相近
欲嚥之時齒牙微相近仍須收息縮氣[illegible]
攝腹嚥下以嚥得爲度嚥得飽以爲期亦無
時限此法與諸家嚥氣不同若不收息縮氣

取碟嚥下則不入大腹中又不入食脉中夫
喉嚨中嚥入之氣自有三道一入腸胃中脉
二入五藏中脉三入食脉若不依前法縮氣
碟腹但空嚥得其炁只得獨入腸中不入食
脉即無所成益也若直下入腹中入腸胃緣
腹中多阻隔致令上衝下泄食退其腸四肢
漸似無力體内不免虛羸縱喫湯飲餌服諸
藥並亦不免口乾舌澁若但依此法候氣滿
口食久畜取碟腹嚥下自當分入食脉及五
藏内息以此爲都契假令元氣未達腸中其○
○食脉已先強滿與食無異輙無虛羸神妙無
比若不依此一日縱三五十度嚥氣其腹内
未免欠足常有所思於食即不可見其效矣
要坐服亦得須依前法以炁息畜嚥入嚥入
之時仍須低頭取勢嚥下嚥下即當時分入
臟腸及食脉中但解用氣食脉當時強滿
即自然飽足如未曾學者亦不過三數日便
見次第若嚥物不得縱嚥不入於食脉及心
意妄思即是夙生無分矣諸門嚥氣皆先入
腸中衝排滓穢經三五七日後方達食脉縱

達食脉且神勞力倦思食之意未能全絕假
令堅守數日之間尚多腹中久之若過此法
但持四十九日自然絕思飲食縱有百味佳
餚都不採覽神功若此無以加焉切在藏祕
勿示見人者也凡春夏秋冬並不假服氣日
久自悟諸理了然若要湯藥杏仁蔓菁及好
蜀荼無妨力未固可以調助唯蔓不得多著
性能壞物善奪人志曾有道服鼓湯此則未
達深理鼓且本性太冷久淹壓穢只辟麪毒
及辟傷寒大約傷壞藏府正傾元氣特宜忌
之○前云收息者當低頭納氣炁入都亦無聲○
攻排滓穢務令速退腸中滯食納得元炁自
然常飽此是氣與神合行之至也三日後亦
不擇行住坐卧爲之總得亦不假致氣但嚥
強自下人亦不知自覺體理疎通四肢過於
常徒如此七日神炁自足不假久鍊功夫亦
不要每日存想自此一百日三尸自除忽爾
一日神自内現但食氣五十日穀氣方盡便
可絕諸湯藥其食出時當有五色物出如似
膿血此物既盡諸府通達内視藏胃如畫所

見若得至此切不得慢泄於人一旦神功通悟亦不得輙懷恠異尤須祕之勿中於外自然之功外姦亦所不入在陽不焦託陰不腐一切質礙無不穿貫不危不殆若穀氣未盡即不到通地如曾經受法之後得遇此術神氣內輔靈響外應自然自在無所拘束要食亦得不食亦得食亦無損絕亦無傷再食再服不拘月日不論行住坐卧處處總得若不食多時要得食者可依前受法訖即食若食多時要得絕者亦可受法訖更依術爲之取○以大成諸絕爲定夫至道無二守之必成但○不錯功自然玄祕世間吉凶善惡無不曉達上至天府下至陰司一切神靈皆得使役所有疾病見無不理所有異物見無不識顏如童女光彩射人行速如風所去無滯一年之外自入玄門玄門者謂入胎息道言玄牝門天地根綿綿若存用之不勤又玄之又玄衆妙之門也

胎息羽化功第三

夫修胎息於密室中厚設床枕焚上好名香燕請一至友爲伴緣初學人乍通玄路見種種事善惡境界鬼神形容自涉怪疑心生妄亂必恐閉息不固事須要假相伴以安其意切在清淨心神使寂然不動自淨其心無想他事善惡俱捨出入兩忘雖若處胎了然絕息即寂然不動也可正施手足平枕仰卧待出息盡歛然閉之更勿令出當得攻面流下四肢渾身稍熱處處自得絕喘絕息乃遣至下等記泄息數凡一出一入口鼻之氣名一息以待人出入數其息也不過五百息內景○自現若却逕口鼻中當微微放出功至千息○其效的然當易換骨肉鍊髓如霜即合於大元通於天府上清事固不可裁其功元力固不可明其德神仙之法固不可宣其言道之術固不可示其要所以雖言胎息不說羽化者良由此也若依此術修鍊胎息得成而羽化亦成就自有五神相伴不假至友此則不言之功功已成矣此中山王櫃服神氣經非至人至行不可妄傳豈唯罪業一身抑亦殃累七祖切宜誡慎勿示非人論曰氣功妙篇

氣術之道數略同專其精通則世一二且諸門嘸氣或功繁語闇理叙多端若嘸非候時則心力多倦若無時吐納食退氣微若坐想存神志羸氣德縱使宜明口勢吐納開張皆須日久月深倦於賒闊假令元氣切得通於經脉即經體尚虛若元氣未達經脉之間即藏府不免綿惙致其轉思食適因此彌留辯其理者則勤苦而進輪昧其趣者則懈怠而退轍實由不通元路未契玄關齋禁不齊於內神制度有虧於外法余今所錄至秘至神○是得自然之本原洞了道術之根蒂後代學者宜自勉歟

聖正規法第四

夫先聖先真之道術通載則理合於幽微若不達立啓之門難達其玄牝若獲斯訣可決成功功滿德圓無所不可上以昇九天下以遊五嶽若居於塵世者可以理百病可以消衆毒可以鑒吉凶可以察善惡可以起垂死可以救臨危可以役神靈可以辟刀兵可以却寒熱可以離世苦若居於山谷者可以登懸崄可以昇虛空可以渉江波可以隱形蹤可以降毒蛇可以伏猛獸可以遊九府可以棲三岫進可以飛九天退可以沉九泉永除飢渴度絕纏綿隱化無滯盈虧自然免三塗五苦之難削黑簿丹籍之名名書金簡之科功記玉皇之曆此玄元之聖力上真之秘旨功成之後不思而自成不呼而自至言通雅正語合幽微至道無爲了然總會一至於此吾道成焉論曰夫達士悟道常畏於身故吾有大患爲吾有身故有其患患在毀傷形體○莫若寄寓神精於器中安物物假器而居之畏器之破壞物乃不得安居形體若也消亡精神於何處安泊神畏身死物忌器破若乃小心護惜專意心保持身器兩存神物何慮但以麤心大膽棄擲隊攘色欲勞形縱性費力悉因兹而破壞身自此而毀傷形如燋穀枯木不可復生其牙葉縱遇陽和之春長爲陰冥下鬼畢于朽腐可謂歎嗟雖位極人臣皆行尸走骨矣言雖位極人臣若不知道皆是行尸走骨也夫玄元得之於自然廣成受

之於上仙黃帝修之於內景余今遇之於中天中天即中山訓高敎也君嚴於此遇斯經爲此經微妙不可思議述服氣之神功漸通達於胎息之道若成羽化之期自至便能昇于天府名紀玉書位爲大仙階齊聖列將來學人見此中山玉櫃服神炁經安心修行請勿有疑必然之理通於神明幸宜保敬勿負余信

幻真先生服內元氣訣法

進取訣

○凡欲服氣先須高燥淨空之處室不在寬務○在絕風隙常令左右燒香不用織巧床須厚軟脚稍令高其訣曰床高鬼吹不及言鬼神善因地炁以吹人爲其床高三尺可也衾被適寒温令冬稍暖尤佳枕高二寸餘令與背平每至半夜後生氣時或五更睡之初覺先吹出腹中濁惡之炁一九下止若要細而言之則亦不在五更但天炁調和腹中空則爲之先閉目叩齒三十六通以警身神畢以手指捻目大小眥兼按鼻左右旋耳及摩面目

爲眞人起居之法更隨時少爲導引以宣暢關節乃以舌柱上腭料口中外津液候滿口則嚥之令下入胃存胃神承之如此三止是謂漱嚥靈液灌溉五藏面乃生光此之去就大體略同使兀然放神使心如枯木空身若委衣內視返聽萬累都遣然後淘之每事皆閉目握固唯臨散氣之時則展指也夫握固所以閉關防而却精邪初服氣之人氣道未通則不得握固待至百日或半年覺氣通暢掌中汗出則可握固黃庭經云閉塞三關握固停漱嚥金醴吞玉英遂至不食三蟲亡久○

○服自然得興昌

淘氣訣

訣曰凡人五藏亦各有正氣夜卧閉息覺後欲服氣先須轉令宿食消故氣得出然後始得調服其法閉目握固仰卧倚兩拳於乳間竪兩膝舉背及尻閉氣則鼓氣海中氣使自內向外輪而轉之呵而出之一九或二九止是曰淘氣畢則調之

調氣法

訣曰鼻為天門口為地戶則鼻納之口宜吐之不得有悞悞則氣逆氣逆則生疾吐納之際尤宜慎之亦不使自耳聞調之或五或七至九令平和也是曰調氣畢則嚥之夜睡則閉之不可口吐之也

嚥氣訣

訣曰服內氣之妙在乎嚥氣世人嚥外氣以為內炁不能分別何以誤哉納吐之士宜審而為之無或錯誤耳夫人皆稟天地之元氣而生身身中自分元氣而理每嚥及吐納則內氣與外氣相應自然氣海中氣隨吐而上。直至喉中但候吐極之際則輙閉口連鼓而嚥之令郁然有聲汩汩然從男左女右而下納二十四節如水瀝瀝分明聞之也如此則內氣與外氣相顧皎然而別也以意送之以手摩之令速入氣海氣海臍下三寸是也亦謂之下丹田初服氣人上焦未通以手摩之則令速下若流通不摩亦得一閉口三連嚥止乾嚥號曰雲行一漱口嚥取口中津嚥謂之雨施初服氣之人炁未流行每一嚥則旋

行之不可遽至三連嚥也候氣通暢然漸漸加之直至於小成也一年後始可流通三年功成乃可恣服新服氣之人炁既未通嚥或未下須一嚥以為候但自郁然有聲汩汩而下直入氣海

行氣訣

法曰下丹田近後二穴通脊脉上達泥丸泥丸腦宮津名也每三連嚥即速存下丹田所得內元炁以意送之令入二穴因想見兩條白炁夾脊雙引直入泥丸薰蒸諸宮森然遍下。毛髮面部頭項兩臂及巨手指一時而下。入胷至中丹田中丹田心宮神也灌五藏卻歷入下丹田至三星遍經髀膝脛腂下達湧泉湧泉足心是也所謂分一氣而理鼓之以雷霆潤之以風雨之狀也只如天有泉源非雷霆騰鼓無以潤萬物若不迴蕩濁惡之氣則令人有不安既有津液則漱嚥之不堪溉灌五藏發其光彩終不能還精補腦非交合則不能泝而上之嚥服內氣非吐納則不能引而用之是知迴蕩之道運用之理所以法

天則地想身中濁惡結滯邪氣瘀血被正榮氣蕩滌皆從手足指端出去謂之散氣則長手拇不須握固如此一度則是一通通則無疾則復調之以如使手使手復難鼓咽如前閉炁鼓咽至三十六息謂之小成若未絶粒但至此常須少食務令腹中曠然虛淨無問坐卧但腹空則咽之一日通夕至十度自然三百六十嚥矣若久服炁息頓三百六十嚥亦謂之小成一千二百嚥謂之大成謂之大胎息但閉炁數至一千二百息亦是大成然後胎不結然不能鍊形易質縱得長生同枯木無精光又有鍊氣閉氣委氣布氣并諸訣法具列於文同志詳焉

鍊氣訣

訣曰服氣鍊形稍暇入室脫衣散髮仰卧展手勿握固梳頭令通垂席上布之則調氣嚥之嚥訖便閉氣候極乃冥心絶想任氣所之通理悶即吐之喘息即調之候氣平又鍊之如此十遍即止新服氣之人未通有暇漸加一至十候通漸加至二十至五十即令遍身汗出如有此狀是其效也安心和氣且卧勿起衝風乃却老延年之良術爾但津液清爽時為之爾氣惛亂欲睡慎勿為也常勤行之四肢煩悶不暢亦為之不必每日旦要獨清爽時為之十日五日黃庭經云千災已消百痾痊不惲虎狼之兇殘亦以却老年永延

委氣訣

訣曰夫委氣之法體氣和平也身神調暢無問行住坐卧皆可為之但依門戶調氣或伸於床或兀然而坐無神無識寂寂沉沉使心同太空因而調閉或十氣二十氣皆通須任氣不得與意相爭良久氣當從百毛孔中出不復口吐也縱有十分無二也復調能至數千二百息已上彌佳行住坐卧亦可為之如此勤行百關開通顏色光澤氣清長如新沐浴之人但有不和則為之亦當清泰也黃庭經云高拱無為魂魄安清淨神見與我言

閉氣訣

訣曰忽有修養乖宜偶生疾患宜速於密室依服氣法布手足訖則調氣嚥之念所苦之

處閉氣以意想注以意攻之氣極則吐之訖復嚥氣相繼依前攻之氣急則止氣調復攻之或二十至五十攻覺所苦處汗出通潤即止如未損即每日夜半或五更晝日頻作以意攻之病在頭面手足但有疾之處則攻之無不愈者是知心之所使氣甚於使手有如神助功力難比也

布氣訣

訣曰凡欲布氣與人療病先須依前人五藏所患之處取方面之炁布入前人身中令病者面其方息心靜慮此與炁布炁訖便令嚥氣鬼賊自逃邪氣永絕

六炁訣

訣曰六氣者噓呵呬吹呼嘻是也氣各屬一藏餘一氣屬三焦呬屬肺肺主鼻有寒熱不和及勞極依呬吐納兼理皮膚瘡疥有此疾則依狀理之立愈也

呵屬心心主舌口乾舌澁氣不通及諸邪氣呵以去之大熱大開口小熱小開口呵若須作意是宜理之

呼屬脾脾主中宮如微熱不和腹胃脹滿氣悶不洩以呼字炁理之

吹屬腎腎主耳腰肚冷陽道衰以吹字炁理之

嘻屬三焦三焦不和嘻以治之氣雖各有所治但五藏三焦冷熱勞極風邪不調都屬於心心主呵所治諸疾皆愈不必六氣也

噓屬肝肝主目赤腫昏眩等皆以噓治之

調氣液訣

訣曰人食五味五味各歸一藏每藏各有濁氣同出於口又六氣三焦之氣皆湊此門衆穢併投合成濁氣每睡覺熏熏氣從口而出自不堪聞審而察之以知其候凡口中焦乾口苦舌澁乳頰無津或嚥唾喉中痛不能食是熱極狀也即須大張口呵之每嚥必須依門戶出之十呵二十呵即鳴天鼓或七或九以舌下撩華池而嚥津復嚥令熱氣退止但候口中清水甘泉生即是熱退五藏涼也若口中津液冷淡無味或呵過多心頭汪汪然食飲無味不受水則是冷狀也即當吹以溫

之如瑥熱法伺候口美心調瑥即止黃庭經云玉池清水灌靈根審能修之可長存又云漱嚥靈液災不干

飲食調護訣

訣曰服氣之後所食須有次第可食之物有益不可食之物必有損損宜永斷益乃恒服每日平旦食少許淡水粥或胡麻粥甚益人治脾氣令人足津液日中淡麵餺飥及餅並佳秖不得承熱食之動亂正氣也蔓菁蘿羹可佳飯必粳米大麥麵蓋人服氣之人經四時甚宜服食之此等物不必日日食之任隨○臨時之意欲食之鹿肉作白脯食之佳如是齋戒即不得食也三十六禽神直日其象鳥並不可食棗栗之徒棗健餅亦得食也作可餐慎勿飽飽則傷心氣尤難行凡熱麵蘿蔔羹之切忌切忌鹹酸辛物宜漸漸節之每食畢即須呵出口中食毒濁氣永無患矣服氣之人腸胃虛淨生冷醋滑粘膩陳硬腐敗難消之物不用食若偶然食此等之物一口所在處必當微痛慎之但食軟物乃合宜也每食先三五嚥氣而喫食令作主兼吞三五粒生椒佳也食畢更吞三粒下徒引氣此物能消食引氣向下通三焦利五藏趂濁穢消宿食助正氣也宜長久服之能辟寒熱暑濕明目生髮治氣功力不可具述備在太清經中服椒別有方服候有氣下則泄之慎而勿留留則恐爲疾每空腹隨性飲一兩盃清酒甚佳冬溫夏冷助正氣排遣諸邪其功不細戒在多多則惛醉醉則傷神損壽若遇尊貴不獲已即宜飲放即呵三五口飲併卸大開口十數下以遣出麴櫱之毒調治之常時飲一二升徐徐飲之亦不中酒暴不失食味亦不退乃如故矣○不用衛生產死亡并六畜一切穢惡不潔之氣並不宜及門況近之耶甚不宜正氣如不意卒逢以前諸穢惡速閉氣上風閉目速過便求一兩盃酒以蕩滌之覺氣入腹不安即須調氣過出濁氣即卻嚥下更納新氣以意送之當以手摩之則便含椒及飲一兩盃酒令散矣如不肯散即不須過理遍任出無苦此則上焦擁故終須調氣理之使

和平也而食油膩辛味甚犯正氣切慝省之尚知向犯者使勿忤也亦有服氣一年通氣二年通氣實三年功成元氣凝實縱有觸犯無能爲患日服千嚥不足爲多返老還童漸從此矣氣化爲律律化爲血血化爲精精化爲髓髓化爲筋一年易氣二年易血三年易脉四年易肉五年易髓六年易筋七年易骨八年易髮九年易形即三萬六千眞神皆在身中化爲仙童號曰眞人矣勤修不倦息則關節相連五藏牢固黃庭經云千千百百自○相連一一十十似重山是內氣不出外氣不入寒暑不侵刀兵不害昇騰變化泉同三光也

休糧訣

訣曰凡欲休糧但依前勤修三年之後正氣流通髓實骨滿百神守位三尸道逃如此漸不欲聞五味之氣常思不食欲絶則絶不爲難也但覺腹空即須嚥氣無問早晚何論限約久久自知御侠無煩其言何用藥物大抵服藥之人多不能服氣終日區區但以藥物爲務身形不得精實固爲未得亦非上士用心也黃庭經云百穀之實土地精五味外美邪魔腥臭亂神明胎氣零那從返老却還嬰何不食氣太和精故能不死入黃寧此之謂也

幾下　二十

愼守訣

訣曰世上之人多嗜慾傷生伐命今古共焉不早自防追悔何及夫人臨終方始惜其身命罪定而後思善事病成方求其藥天網已發何可救之故賢哲上士惜未絶之命防未○禍之禍理未病之病遂拂衣人棄攝心歸道道者氣也氣者心之主精者命之根愛精重氣然後身心保之矣黃庭經云方寸之中謹蓋藏精神還老復丁壯養子王樹令如杖急固子精以自償又曰長生至愼房中急何謂死作令神泣若當決海百瀆傾葉去樹枯失青青夫長生久視未有不愛精保氣能致之陰丹內御之道世莫得知雖務於氣而不解絶情慾亦未免殃矣故曰人自失道非道失人人常去生非生去人修養君子自保省兩

服氣胎息訣

訣曰精者氣也氣者道也先叩齒三十六通右轉頭一匝如龜引頸其胎息上至咽喉即嚥之如此三遍方閉口以舌內外摩料取津滿口漱流昂頭嚥之上補泥丸泥丸即昂頭是也下潤五藏老子曰甘雨潤萬物胎津潤五藏晝夜不寐乃成真人上致神仙下益壽考在身所有疾苦想氣送至所苦處即愈真氣逆濁氣上衝下泄覺神清爽則氣自沖和故聖人有言夫人在氣中氣在人中人不離氣氣不離人人藉氣而生因失氣而死死生之理盡在氣也但調得其氣求死不得則每夜半及五更展兩脚握固展手去身五寸其枕不得過二寸閉目依前法嚥之梳洗訖以燒一盃酒飲之益胎息潤六府引氣開百關

昔峨眉山仙人幽秘法此不可言也老君曰靈芝玉英並在其腹名山大澤取藥服之與道甚乖吾道甚易但能行之早起展兩脚端息勻以兩手叉腦後手前拽頭向後拽頓如此三畢兩手相叉向前拽前拽三兩遍左右掣三二十遍畢嚥津二十遍如覺四體不和即乃舌漱液三二十嚥流却疾去萬金不傳非其人造次傳者殃及三代也

胎息經

胎從伏氣中結 臍下三寸為氣海亦為下丹田亦為玄牝世人多以口鼻為玄牝非也口鼻即玄牝出入之門蓋玄者水也牝土也母也世人以陰陽氣相感結於水母三月胎結十月形體具而生人修道者常伏其氣於臍下守其神於身內神氣相合而生玄胎玄胎既結乃自生身即為內丹不死之道也

氣從有胎中息 神為氣子氣為神母神氣相逐如形與影胎母既結神子自息即元氣不散

氣入身來為之生神去離形為之死 西昇經云身者神之舍神之主也主人安靜神即居之主人躁動神即去之神去氣散其可得生是以人耳目手足皆不能自運必假神以御之學道養生之人常拘其神以為身主主既不去宅豈崩壞也

知神氣可以長生固守虛無以養神氣 道經云我命在我不在天也所患人

不能知其道復知而不行知者但能虛心絶慮保氣養精不爲外境愛欲所牽恬淡以養神氣即長生之道畢矣神行即氣行神住即氣住所謂意是氣馬行止相隨欲使元氣不離玄牝即先拘守其神神不離身氣亦不散自然內實不飢不渴也若欲長生神氣相注相注者即是神氣不相離玄綱云纖毫陽氣不盡不爲鬼纖毫陰氣不盡不爲仙元陽即陽氣也食氣即陰氣也常減食節欲使元氣內運元氣既壯即陰氣自消陽壯陰衰則百〇病不作神安體悅可覩長生心不動念無來〇無去不出不入自然常住神之與氣在母腹中本是一體之物及生下爲外境愛態所牽未嘗一息暫歸於本人知此道常泯絶情念勿使神之出入去來能行不忘久而習之神自住之矣勤而行之是眞道路修眞之道備盡於斯然聖人之言其可忘歟

雲笈七籤卷之六十